

Incursiune într-un nou mod de viață

OSHO



Intimitatea

Încrederea în sine și în celălalt

Pro Editură și Tipografie

TITLUL ORIGINAL: *Intimacy*

COPYRIGHT © 2001 Osho International Foundation, Switzerland, **www.osho.com**

TRANSLATION COPYRIGHT © 2006, PRO Editură și Tipografie

Toate drepturile pentru ediția română a acestei cărți sunt rezervate PRO Editură și Tipografie. Reproducerea parțială sau integrală a textului sau imaginilor fără acordul scris al editurii este interzisă și se va pedepsi conform legilor în vigoare.

OSHO este o marcă înregistrată a Osho International Foundation, folosită cu permisiune.

Materialul pentru această carte este o selecție din diferite discursuri ținute de Osho în fața publicului. Toate discursurile lui Osho au fost publicate în întregime în cărți, fiind disponibile și ca înregistrări audio originale. Înregistrările audio și arhivele cu textul complet pot fi găsite prin intermediul Bibliotecii OSHO online de la www.osho.com

ISBN-10: 973-8951-41-0

ISBN-13: 978-973-8951-41-9

OSHO

INTIMITATEA

Încrederea în sine și în celălalt

traducere de Lidia Grădinaru



Cuvânt înainte

Toată lumea se teme de intimitate – dacă ești sau nu conștient de asta e altă treabă. Intimitatea înseamnă să te expui în fața unui străin – și toți suntem străini; nimeni nu cunoaște pe nimeni. Suntem străini chiar și față de noi înșine, pentru că nu știm cine suntem.

Intimitatea te apropie de un străin. Trebuie să renunți la toate apărările; numai atunci intimitatea e cu putință. Iar teama care există este că dacă renunți în întregime la apărare, la toate măștile, cine știe ce o să-ți facă străinul. Toți ascundem o mie și unu de lucruri, nu numai de ceilalți ci și de noi înșine, pentru că am fost crescuți de o omenire bolnavă, cu tot felul de reprimări, inhibiții, tabuuri. Iar teama îți spune că în prezența unui străin – și nu contează că poate ai trăit cu persoana respectivă treizeci de ani, patruzeci de ani, lipsa de obișnuință nu dispare niciodată – e mai sigură să păstrezi puțină distanță, puțină apărare, pentru că acel străin ar putea să profite de slăbiciunea ta, de fragilitatea ta, de vulnerabilitatea ta.

Toată lumea se teme de intimitate.

Problema se complică pentru că fiecare om dorește intimitate. Vrei intimitate pentru că altfel ești singur în acest univers – fără un prieten, fără o ființă iubită, fără cineva în care să ai încredere, fără cineva în fața căruia să poți să-ți descoperi toate rănilile. Iar rănilile nu se vindecă decât dacă sunt descoperite. Cu cât le ascunzi mai mult, cu atât mai periculoase devin. Pot să devină canceroase.

Pe de o parte, intimitatea este o nevoie esențială, așa că fiecare om tânjește după ea. Vrei ca cealaltă persoană să fie intimă cu tine, astfel încât să renunțe la apărare, să devină vulnerabilă, să-și descopere toate rănilile, să renunțe la toate măștile și la falsa personalitate, să rămână în pielea goală, așa cum e. Pe de altă parte, fiecare se teme de intimitate – vrei să fii intim cu cealaltă persoană, dar nu renunți la apărările tale. Acesta este unul dintre conflictele dintre prieteni, dintre îndrăgostiți: nici unul nu vrea să renunțe la apărările lui și să intre în relație în nuditate și sinceritate absolute, deschis, și amândoi au nevoie de intimitate.



Numai un om care
meditează poate să-
dea voie intimității să
se întâmple. El nu are
nimic de ascuns.

Dacă nu renunți la toate reprimările, la toate inhibițiile – care sunt darurile religiei tale, culturii tale, societății tale, părinților ti, educației tale – niciodată nu vei putea să fii intim cu cineva. Și va trebui să iei inițiativa.

Dar dacă nu ai reprimări, inhibiții, nu ai nici răni. Dacă duci o viață simplă, naturală, nu îți este frică de intimitate – intimitatea devine fantastica bucurie a două flăcări care se apropie atât de mult încât devin una. Iar întâlnirea este extraordinar de plăcută,

satisfăcătoare, aducătoare de împlinire. Însă înainte de a încerca să fii intim cu cineva, trebuie să-ți faci curățenie generală în casă.

Numai un om care meditează poate să-și dea voie intimității să se întâmple. El nu are nimic de ascuns. Nu se teme că cineva ar putea afla ceva despre el, pentru că s-a lepădat de tot ce îi provoca această frică. În el sunt numai liniște și o inimă iubitoare.

Trebuie să te accepți în totalitatea ta. Dacă nu poți să te accepți în totalitatea ta, cum să te aștepti ca altcineva să te accepte? Ai fost condamnat de toată lumea, și ai învățat un singur lucru: autocondamnarea. De aceea te ascunzi continuu. Știi că în tine sunt ascunse lucruri urâte, știi că în tine sunt ascunse lucruri rele, știi că în tine este ascunsă animalitatea. Dacă nu îți schimbi atitudinea și nu te accepți ca fiind unul dintre animalele care există...

Cuvântul *animal* nu e rău. El înseamnă pur și simplu viu; provine din *anima*. Oricine e viu e animal. Însă omul a fost învățat: „Nu sunteți animale; animalele sunt mult mai prejos decât voi. Sunteți ființe umane”. Ți s-a conferit o superioritate falsă. Adevărul e că existența nu crede în superior și inferior. Pentru existență, toate sunt egale – copacii, păsările, animalele, ființele umane. În existență, totul e acceptat absolut așa cum e, fără condamnare.

Dacă îți accepți fără condiții sexualitatea, dacă accepți că omul și fiecare ființă din lume sunt fragili, că viața e o ață foarte subțire, care se poate rupe în orice clipă... O dată ce accepți aceste lucruri și te lepezi de eul fals... dacă înțelegi că fiecare om e frumos în normalitatea lui și are slăbiciunile lui, fiindcă nu e făcut din oțel, ai făcut un pas uriaș.

Trăim în prefăcătorie, în ipocrizie – acesta e motivul pentru care intimitatea naște frică. Nu ești ce pari a fi. Aparența ta e falsă. Oi fi părând tu sfânt,

dar în adâncul tău ești totuși o ființă umană slabă cu pofte și dorințe.

Primul pas este să te accepți în totalitatea ta – în ciuda tuturor tradițiilor care au înnebunit întreaga omenire. O dată ce te-ai acceptat așa cum ești, frica de intimitate dispare. Nu ai cum să pierzi respectul, nu ai cum să-ți pierzi măreția, nu ai cum să-ți pierzi eul. Nu ai cum să-ți pierzi pioșenia, nu ai cum să-ți pierzi sfințenia – ai renunțat singur la



Numai atunci când
două persoane devin
întime ele nu mai sunt
străine.

toate astea. Ești exact ca un copilăș, absolut inocent. Poți să te deschizi pentru că, pe dinăuntru, nu ești plin cu reprimări urâte care au devenit perversiuni. Poți să spui adevărat și sincer tot ce simți. Și dacă ești pregătit să fii intim, încurajezi și cealaltă persoană să fie intimă. Sinceritatea ta ajută și cealaltă persoană să fie sinceră cu tine. Simplitatea ta neprefăcută îi îngăduie și celeilalte persoane să se bucure de simplitate, de inocență, de încredere, de iubire, de sinceritate.

Ești încorsetat în concepte stupide și ți-e teamă că, devenind foarte intim cu cineva, acea persoană își va da seama de acest lucru. Însă noi suntem ființe fragile – cele mai fragile din întreaga existență. Puiul de om este cel mai fragil dintre toți puii animalelor. Puii celorlalte animale pot supraviețui fără mamă, fără tată, fără familie. Dar puiul de om va muri imediat dacă e lăsat singur. Așa că această fragilitate nu e ceva de condamnat – este cea mai înaltă expresie a conștiinței. Un trandafir e fragil; nu e piatră. Și nu au de ce să te simți prost că ești trandafir și nu piatră.

Numai atunci când două persoane devin intime ele nu mai sunt străine. Și este o experiență frumoasă să descoperi că nu numai tu ești plin de slăbiciuni ci și celălalt, poate toți oamenii sunt plini de slăbiciuni. Tot ce se exprimă devine mai slab. Rădăcinile sunt foarte puternice, dar floarea nu poate fi atât de puternică. Frumusețea ei constă în faptul că nu e puternică. Dimineța își deschide petalele pentru a saluta soarele, toată ziua dansează în soare, în ploaie și vânt, iar seara încep să-i cadă petalele; a murit.

Tot ce e frumos, prețios este de moment. Însă tu vrei ca totul să fie permanent. Iubești pe cineva și îi promiți „Te voi iubi toată viața”. Și știi foarte bine că nu poți să fii sigur nici măcar de ziua de mâine – faci o promisiune falsă. Tot ce poți să spui este „Te iubesc în clipa asta și îți dăruiesc totalitatea mea. Nu știu ce o să fie în clipa următoare. Cum pot să-ți promit că te voi iubi toată viața? Iartă-mă, dar nu pot”.

Însă îndrăgostiții promit tot felul de lucruri pe care nu le pot îndeplini. Apoi intervine frustrarea, apoi distanța se mărește, apar certurile, conflictele, lupta și viața care ar fi trebuit să fie mai fericită devine doar o suferință îndelungată.

Dacă devii conștient de faptul că ți-e frică de intimitate, acest lucru poate fi o mare revelație pentru tine, și o revoluție dacă privești în tine și începi să arunci tot de care îți este rușine, și te accepți așa cum ești, nu cum ar trebui să fii. Eu nu propovăduiesc ideea de „ar trebui”. „Ar trebui” îmbolnăvește mintea omului. Oamenii trebuie să învețe frumusețea lui „a fi”, extraordinara splendoare a naturii. Copacii nu știu nimic despre cele zece porunci, păsările nu știu nimic despre sfintele scripturi. Numai omul își creează singur probleme. Condamnându-ți natura, te scindezi, devii schizofrenic.

Și asta nu li se întâmplă numai oamenilor de rând, ci și oamenilor de condiția lui Sigmund Freud, care a contribuit în mare măsură la cunoașterea minții omenești. Metoda folosită de el a fost psihanaliza, menită să te facă să fii conștient de tot ce este inconștient în tine – și asta e tot secretul: o dată ce ceva inconștient este adus în mintea conștientă, el se evaporă. Devii mai curat, mai ușor. Pe măsură ce te descarci de tot mai multe lucruri inconștiente, conștiința ta se mărește din ce în ce mai mult. Și pe măsură ce zona subconștientului se micșorează, teritoriul conștientului se extinde.

Ăsta este un mare adevăr. În Orient e cunoscut de mii de ani, dar în Occident a fost introdus de Sigmund Freud, care nu știa nimic despre Orient și psihologia lui. A fost contribuția lui individuală. Însă te va surprinde să afli că Freud nu a vrut niciodată să fie el însuși psihanalizat. Fondatorul psihanalizei nu a fost niciodată psihanalizat. I-a fost frică să se expună. Ajunsese un mare geniu și s-a temut că , expunându-se, ar fi coborât la nivelul omului de rând. Avea aceleași temeri, aceleași dorințe, aceleași reprimări. Nu a vorbit niciodată despre visele lui, îi asculta doar pe alții vorbind despre visele lor. Și de ce? Pentru că visele lui erau la fel de obișnuite ca ale oricui altcuiva – asta era frica.

Un Gautam Buddha nu s-ar fi temut să intre în meditație – asta a fost contribuția lui Freud, un tip aparte de meditație. Și nu i-ar fi fost frică de psihanaliză, pentru că la omul care meditează visele dispar încetul cu încetul. Ziua, în mintea lui este liniște, nu obișnuitul trafic de gânduri, iar noaptea doarme adânc, fiindcă visele nu sunt decât gânduri netrăite, dorințe netrăite, poftă netrăită din timpul zilei. Ele încearcă să se împlinească măcar în vis.

Ți-ar fi foarte greu să găsești un bărbat care își visează soția, sau o femeie

care își visează soțul. Însă este ceva absolut obișnuit ca ei să le viseze pe soțiile vecinilor și soții vecinelor. Soția este la îndemână; soțul nu reprimă nimic în ceea ce o privește pe soția lui. Dar întotdeauna soția vecinului e mai frumoasă, iarba e mai verde de cealaltă parte a gardului. Și ceea ce este inabordabil naște o dorință puternică de a-l dobândi, de a-l poseda. Ziua nu poți s-o faci, dar în vis cel puțin ești liber. Libertatea de a visa nu a fost luată de guvernare.

Dar nu va mai dura mult și o vor lua, pentru că metode există, există deja, astfel încât pot să știe când visezi și când nu visezi. Și există posibilitatea ca într-o zi să se descopere un dispozitiv care să-ți proiecteze visele pe un ecran. În cap îți vor fi introduse niște electrozi. Vei dormi dus, visând fericit că faci

dragoste cu nevasta vecinului, și tot acest film se va derula pe ecran, și o sală întreagă de cinematograful se va uita la el. Și ei care credeau că bărbatul ăsta e un sfânt!

Atâta lucru poți să știi chiar și tu: uită-te la o persoană care doarme, și dacă ochii nu i se mișcă sub pleoape, înseamnă că nu visează. Dacă vezi că ochii i se mișcă, înseamnă că visează.

Este posibil să ți se proiecteze visele pe un ecran. Este posibil și să ți se inoculeze vise. Dar cel puțin până acum, în nici o constituție nu scrie că „Oamenii sunt liberi să viseze, e dreptul lor dobândit prin naștere”.

Un Gautam Buddha nu visează. Meditația e un mod de a trece dincolo de minte. El trăiește în liniște deplină timp de douăzeci și patru de ore – fără vălvurele pe lacul conștiinței lui, fără gânduri, fără vise.

Dar Sigmund Freud se teme pentru că știe ce visează.

Am auzit o povestioară cu trei mari scriitori ruși – Cehov, Gorki și Tolstoi. Într-o zi stăteau pe o bancă în parc și bârfeau – erau buni prieteni. Toți trei erau genii, toți au scris romane atât de mari încât chiar și azi, dacă vrei să numeri zece romane mari din literatura universală, cel puțin cinci sunt ale unor scriitori ruși de dinainte de revoluție, printre care și aceștia trei.



Libertatea de a visa
nu a fost luată de
guvernare.

Dar nu va mai dura mult
și o vor lua, pentru că
metode există, există
deja, astfel încât pot să
știe când visezi și când
nu visezi.



Intimitatea înseamnă
pur și simplu că
ușile inimii celeilalte
persoane îți sunt
deschise; ești
întâmpinat cu bucurie,
și ești invitat să fii
oaspete.

Cehov povestea despre femeile din viața lui, Gorchi a spus și el ceva, numai Tolstoi tăcea. Tolstoi era un om foarte religios, creștin ortodox. O să te mire să afli că Mahatma Gandhi a acceptat trei persoane ca maeștri ai săi, și una dintre ele era Tolstoi.

Și trebuie să fi reprimat foarte multe dorințe, acest Tolstoi. Era unul dintre cei mai bogați oameni din Rusia, aparținea familiei regale, dar trăia ca un cerșetor pentru că „binecuvântați sunt cei săraci, și ei vor moșteni împărăția Domnului”, și el nu voia să renunțe la împărăția lui Dumnezeu. Asta nu e simplitate, și nu e lipsă de dorință – este prea multă dorință. E prea multă lăcomie. E prea multă dorință de putere. El sacrifică viața asta și bucu-

riile ei pentru că era o viață neînsemnată, iar el voia să se bucure veșnic de paradis și de împărăția lui Dumnezeu. E un târg bun, aproape ca o loterie, dar sigur.

Tolstoi ducea o viață foarte austeră, mânca numai hrană vegetariană. Era aproape un sfânt! Firește că visele lui trebuie să fi fost foarte urâte, gândurile lui trebuie să fi fost foarte urâte. Când Cehov și Gorchi l-au întrebat „De ce taci, Tolstoi? Spune ceva!”, el a răspuns: „Nu pot să spun nimic despre femei. Am să spun ceva numai când am să fiu cu un picior în groapă”.

Îți poți da seama de ce se temea să spună ceva; tot ce avea de spus clocotea în el. Ei bine, nu poți să fii intim cu un om ca Tolstoi...

Intimitatea înseamnă pur și simplu că ușile inimii celeilalte persoane îți sunt deschise; ești întâmpinat cu bucurie, și ești invitat să fii oaspete. Dar lucrul acesta e cu puțință numai atunci când inima nu duhnește de sexualitate, reprimată, când în ea nu fierb tot felul de perversiuni, când e o inimă naturală. La fel de naturală precum copacii, la fel de inocentă precum copiii. Când ai o astfel de inimă, și îți este frică de intimitate.

Ce încerc eu să fac e să te ajut să-ți despovărezi subconștientul, să-ți despovărezi mintea, să devii obișnuit. Nimic nu e mai frumos decât să fii simplu și obișnuit. Atunci poți să ai mulți prieteni intimi, cât de mulți cu puțință, pentru că nu ți-e frică de nimic. Devii o carte deschisă, pe care oricine poate să o citească. N-ai nimic de ascuns.

În fiecare an, membrii unui club de vânătoare plecau să vâneze pe dealurile din Montana. Ajunși acolo, trăgeau paie pentru a stabili cine se va ocupa de prepararea mâncării (sarcina îi revenea celui care trăgea paiul scurt), convenind de asemenea că cel care se va plânge de mâncare va lua locul bucătarului. Dându-și seama după câteva zile că era foarte puțin probabil ca cineva să riște să vorbească, Sanderson s-a hotărât să recurgă la un plan disperat. A găsit niște excremente de elan și le-a pus în tocana din acea seară. După primele înghițituri, cei din jurul focului s-au strâmbat, dar nimeni nu a spus nimic. Pe urmă, unul dintre vânători a rupt brusc tăcerea: „Hai, chestia asta are gust de rahat de elan, dar e bună!”.

Ai foarte multe fețe. Una gândești în sinea ta, alta exprimi în afară. Nu ești un tot organic.

Relaxează-te și distruge sciziunea pe care a creat-o în tine societatea. Spune numai tot ce gândești. Acționează conform spontaneității tale, fără să-ți pese de consecințe. Ai o viață scurtă și nu trebuie să o irosești gândindu-te la consecințele de aici și din viața de apoi.

Trebuie să trăiești total, intens, cu bucurie, și să fii ca o carte deschisă, la dispoziția oricui vrea s-o citească. Bineînțeles că nu ai să fii un nume în cărțile de istorie. Dar ce rost are să fii un nume în cărțile de istorie?

E mai bine să trăiești acum decât să se amintească de tine mai târziu. Atunci vei fi mort. Pe pământ au trăit milioane de oameni și nici măcar nu le știm numele. Acceptă acest

lucru simplu – Ești aici numai pentru câteva zile și pe urmă vei dispărea. Aceste câteva zile nu trebuie irosite în ipocrizie, în frică. Aceste câteva zile trebuie trăite în bucurie.

Nimeni nu știe nimic despre viitor. Raiul și iadul și Dumnezeu sunt cel mai probabil numai ipoteze, neconfirmate. Singurul lucru pe care îl ai în mâinile tale e viața ta – îmbogățește-o cât mai mult.

Prin intimitate, prin iubire, prin deschiderea în fața multor oameni devii mai bogat. Iar dacă poți să trăiești în iubire profundă, în prietenie deplină, în intimitate deplină cu mulți oameni trăiești așa cum trebuie, și oriunde vei



Trebuie să trăiești
total, intens, cu
bucurie, și să fii ca
o carte deschisă, la
dispoziția oricui vrea
s-o citească.



Iar meditația nu e
decât curățirea de
toate gunoaiele care
s-au adunat în minte.

Când mintea tace
iar inima cântă ești
pregătit – fără teamă,
ci cu mare bucurie
– să fii intim.

fi după aceea vei trăi fericit și acolo, căci ai învățat arta de a trăi fericit.

Dacă ești simplu, iubitor, deschis, intim creezi un paradis în jurul tău. Dacă ești închis, permanent în defensivă, temându-te tot timpul că cineva ar putea ajunge să-ți cunoască gândurile, visele, perversiunile, trăiești în iad. Iadul e în tine, și la fel și paradisul. Ele nu sunt locuri geografice, sunt spații spirituale.

Curăță-te. Iar meditația nu e decât curățirea de toate gunoaiele care s-au adunat în minte. Când mintea tace iar inima cântă ești pregătit – fără teamă, ci cu mare bucurie – să fii intim. Fără intimitate, ești singur printre străini. Cu intimitate, ești înconjurat de prieteni, de oameni care te iubesc. Intimitatea e o experiență grozavă. Nu trebuie să o ratezi.

Să începem cu ce e mai important: Abc-ul intimității

Oamenii sunt în căutarea meditației, a rugăciunii, a unor noi moduri de a fi. Dar căutarea mai profundă, căutarea de bază este reînfrădăcinarea în existență. Numește-o meditație, numește-o rugăciune sau cum vrei, însă în esență este reînfrădăcinarea în existență. Vrem să știm cum s-o facem. Am ajuns să fim niște copaci smulși din rădăcini, și nimeni nu e răspunzător de asta decât noi, cu ideea noastră stupidă de cucerire a naturii.

Facem parte din natură, suntem o parte a ei – cum poate partea să cucerească întregul? Trebuie să fim prieteni cu ea, să o iubim, să avem încredere în ea și, încetul cu încetul, din acea prietenie, din acea iubire, din acea încredere se va naște intimitatea: ne vom apropiia. Natura se va apropiia de noi și va începe să-și dezvăluie secretele. Secretul ei suprem este dumnezeirea. Ea este dezvăluită numai acelor care sunt cu adevărat prieteni cu existența.

Pornește de unde te afli

Viața este o căutare – o căutare permanentă, o căutare disperată, o căutare fără speranță, o căutare a ceva ce nimeni nu știe. Simți o dorință intensă de a căuta, dar nu știi ce cauți. Și există o anumită stare de spirit în care indiferent ce obții, nu simți nici o satisfacție. Frustrarea pare să fie destinul omenirii pentru că orice obții devine fără sens chiar în clipa în care îl ai. Începi iar să cauți. Căutarea continuă indiferent dacă obții ceva sau nu. Pare irelevant ce ai, ce nu ai, căutarea continuă oricum. Săracii caută, bogații caută, bolnavii caută, sănătoșii caută, puternicii caută, neputincioșii caută, proștii caută, înțelepții caută – nimeni nu știe ce anume.

Această căutare – ce este ea și de ce există – trebuie înțeleasă. Se pare că în om, în mintea omului există un gol. Se pare că în însăși conștiința umană există o gaură, o gaură neagră. Tot arunci lucruri în ea, și ele dispar întruna. Nimic nu



Căutarea este o proiecție, căutarea e o dorință, o idee că lucrul de care ai nevoie e în altă parte – că există, dar există în altă parte, nu aici unde te afli.

pare să o umple, nimic nu pare să ajute împlinirea. E o căutare febrilă. Cauți în lumea asta, cauți în lumea cealaltă. Uneori cauți acel ceva neștiut în bani, în putere, în prestigiu, și alteori îl cauți în Dumnezeu, în iubire, în meditație, în rugăciune – dar căutarea continuă. Se pare că omul e bolnav de căutare.

Căutarea nu te lasă să fii aici și acum, deoarece căutarea te duce întotdeauna altundeva. Căutarea este o proiecție, căutarea e o dorință, o idee că lucrul de care ai nevoie e în altă parte – că există, dar există în altă parte, nu aici unde te afli. Există pe urmă, acolo, niciodată aici și acum. Există cu siguranță, dar nu în acest moment, nu acum, nu aici, ci

altcândva, altundeva. Și asta te sâcâie, te obsedează, te împinge tot mai mult spre nebunie. Ce cauți tu nu se împlinește niciodată.

Am auzit o anecdotă despre o mare mistică sufistă, Rabia al-Adawia. Într-o zi pe înserate, oamenii au găsit-o în stradă, căutând ceva. Era bătrână, avea vederea slabă, așa că vecinii au venit să o ajute. Au întrebat-o: „Ce cauți?”.

Rabia a răspuns: „Îmi caut acul. L-am pierdut”.

Vecinii au dat să-l caute, dar și-au dat seama imediat că drumul era foarte mare iar acul era ceva foarte mic. Așa că au întrebat-o pe Rabia: „Te rugăm să ne spui unde l-ai pierdut, locul exact, căci altfel e greu să-l găsim. Drumul e mare și putem să căutăm mult și bine până să-l găsim, dacă o să-l găsim. Unde anume l-ai pierdut?”.

„În casă”, a răspuns Rabia. „Atunci de ce îl cauți aici?” au întrebat ei. „Fiindcă aici e lumină, iar înăuntru nu e”.

Această anecdotă e foarte semnificativă. Te-ai întrebat vreodată ce cauți? Ai considerat vreodată că e important să meditezi adânc pentru a ști ce cauți? Nu. Chiar dacă în unele momente de visare ai avut o idee vagă despre ceea ce cauți, nu ai știut niciodată precis ce anume este. Nu l-ai definit încă.

Dacă încerci să-l definești, cu cât capătă mai mult contur cu atât mai mult îți dai seama că nu e nevoie să-l cauți. Căutarea poate continua numai într-o stare de imprecizie, de lipsă de claritate, de visare; când lucrurile nu sunt clare continui să cauți, împins de un îndemn lăuntric, tras de un imbold insistent.

Știi una și bună: trebuie să cauți. E o necesitate lăuntrică. Dar nu știi ce cauți. Și dacă nu știi ce cauți, cum să găsești?

Cauți ceva vag – crezi că e în bani, în putere, în prestigiu, în respectabilitate. Dar pe urmă vezi oameni respectabili, oameni puternici care și ei caută. Și mai vezi și oameni extraordinar de bogați care caută și ei; caută până la sfârșitul vieții. Prin urmare, bogăția nu ajută la nimic, puterea nu ajută la nimic. Căutarea continuă în ciuda a ceea ce ai.

Altceva trebuie căutat. Aceste nume, aceste etichete – bani, putere, prestigiu – acestea sunt doar pentru a-ți satisface mintea. Ele te ajută doar să simți că ești în căutarea a ceva. Acel ceva e încă nedefinit, ceva foarte vag.

Primul lucru pe care trebuie să-l faci adevăratul căutător – căutătorul s-a trezit puțin, a devenit conștient – este să definească exact căutarea, să formuleze o idee clară despre ce este ea, să o scoată din conștiența visătoare, s-o înfrunte într-o stare de total nevizire, s-o privească direct în față. Imediat începe să se producă o transformare. Când începi să definești căutarea, începi să și pierzi interesul față de ea. Când ajungi să știi precis ce e, dispare. Ea există numai când nu ești atent.

Repet: căutarea există numai atunci când dormi. Lipsa conștienței creează căutarea.

Da, Rabia are dreptate. Înăuntru nu e lumină, și fiindcă nu e lumină și nu e conștiență, e firesc să cauți afară, pentru că afară ți se pare că vezi mai bine.

Toate simțurile sunt extravertite. Ochii ni se deschid spre afară, mâinile ni se întind spre afară, picioarele se mișcă în afară, urechile ascultă zgomotele exterioare. De aceea cauți afară, unde vezi, simți auzi. Lumina simțurilor cade în afară, iar căutătorul e înăuntru.

Această dihotomie trebuie înțeleasă. Căutătorul e înăuntru, dar fiindcă lumina e afară, căutătorul începe să miște într-un mod ambițios, încercând să găsească afară ceva care să-l satisfacă. Asta nu o să se întâmple niciodată. E în firea lucrurilor să nu se întâmple, pentru că dacă nu l-ai găsit pe căutător, căutarea e lipsită de sens. Dacă nu ajungi să știi cine ești, căutarea e zadarnică fiindcă nu-l cunoști pe căutător. Cum poți să te miști în dimensiunea cea



Repet: căutarea
există numai atunci
când dormi. Lipsa
conștienței creează
căutarea.

bună, în direcția cea bună, fără să-l cunoști pe căutător? E imposibil. Trebuie să începi cu ce e cel mai important.

Două lucruri sunt foarte importante: primul, să te lămurești care este obiectivul tău. Să nu bâjbâi pe întuneric. Concentrează-ți atenția asupra obiectivului: Ce cauți cu adevărat? Din cauză că vrei ceva și cauți altceva, chiar și dacă ai găsi n-ai fi satisfăcut.

Ai văzut oameni care au reușit? Poți să găsești eșecuri mai mari oriunde altundeva? Ai auzit proverbul că nimic nu reușește precum succesul. E absolut greșit. Eu țin să-ți spun că nimic nu eșuează precum succesul. Proverbul trebuie să fi fost inventat de proști – nimic nu eșuează precum succesul.

Se spune că, în ziua în care a devenit cuceritorul lumii, Alexandru cel Mare s-a închis în camera lui și a început să plângă. Nu știu dacă chiar așa s-a întâmplat sau nu, dar dacă era chiar și numai puțin inteligent așa ar fi făcut. Generalii lui erau foarte tulburați: Ce se întâmplase? Nu-l mai văzuseră pe Alexandru plângând. Nu era genul de om care să plângă; era un mare războinic. În văzuseră în situații foarte dificile, în situații în care viața îi era în mare pericol, în care moartea era iminentă, și văzuseră o lacrimă în ochii lui. Nu-l văzuseră niciodată disperat, deznădăjduit. Ce pășise acum, când reușise, când era cuceritorul lumii?

Au bătut la ușă, au intrat și au întrebat: „Ce-ai pățit? De ce plângi ca un copil?”. Alexandru a răspuns: „Acum că am reușit, știu că a fost un eșec. Acum știu că mă aflu în același loc în care eram când am inițiat această prostie de cucerire a lumii. Acum mi-a devenit limpede că nu mai am nici o lume de cucerit, acum nu mai am nimic de făcut și, dintr-o dată, sunt inutil”.

Un om de succes e întotdeauna inutil la sfârșit, și atunci trece prin chinurile iadului fiindcă și-a irosit întreaga viață. A căutat și a tot căutat, a riscat tot ce a avut. Acum e om de succes și inima lui e pustie, și sufletul lui nu are sens și nu are parfum, nu cunoaște fericirea.

Așa că primul lucru este să știi exact ce cauți. Insist asupra acestui lucru, deoarece cu cât îți concentrezi privirea mai mult asupra obiectului căutării tale, cu atât mai repede obiectul dispare. Când privirea ta e absolut fixă, dintr-o dată nu mai e nimic de căutat; imediat privirea începe să se întoarcă spre tine însuși. Când nu există nimic de căutat, când toate obiectele au dispărut, se face pustiu. În acel pustiu are loc transformarea. Dintr-o dată începi să te uiți la tine. Acum nu mai e nimic de căutat, și apare o nouă dorință – să-l cunoști pe căutător.

Când există ceva de căutat ești mirean. Dacă nu există nimic de căutat și întrebarea „Cine este acest căutător?” devine importantă pentru tine, atunci ești religios. Asta este definiția pe care o dau eu laicului (mireanului) și religiosului. Dacă încă mai cauți ceva – poate în cealaltă viață, pe celălalt țărm, în Rai, în paradis, nu contează – ești încă mirean. Dacă nu mai cauți deloc și devii dintr-o dată conștient că acum există numai un singur lucru de știut – „Cine e acest căutător din mine? Ce este această energie care vrea să caute? Cine sunt eu?” – atunci se produce o transformare. Toate valorile se schimbă brusc. Începi să te îndrepți spre interior. Atunci Rabia nu mai e în drum căutând un ac pe care l-a pierdut undeva în întunericul sufletului ei.

O dată ce începi să cobori în tine... La început e foarte întuneric – Rabia are dreptate, e foarte, foarte întuneric. Pentru că în toate viețile pe care le-ai trăit n-ai fost niciodată înăuntru, ochii tăi s-au concentrat asupra lumii exterioare. Ai observat că atunci când vii de afară, unde e mult soare și lumina e foarte puternică, în casă e foarte întuneric? Asta pentru că ochii tăi s-au obișnuit cu lumina de afară, cu lumina puternică. Când e multă lumină, ochii se micșorează. În întuneric, ochii se măresc, e nevoie de o deschidere mai mare. La lumină, e de ajuns o deschidere mai mică. Așa funcționează aparatul de fotografiat, așa funcționează ochii. Aparatul de fotografiat a fost inventat pe baza principiului de funcționare a ochiului uman.

Atunci când intri brusc de afară, în casă pare întuneric. Dar dacă mai stai puțin, încetul cu încetul întunericul dispare. E mai multă lumină; ochii se adaptează. Timp de multe vieți laolaltă ai fost afară în lumina soarelui fierbinte, în lume, așa că atunci când intri în tine, nu știi deloc cum să intri și cum să-ți adaptezi vederea. Meditația nu e decât o readaptare a vederii, o readaptare a facultății de a vedea, a ochilor.

În India asta se numește al treilea ochi. Nu e un ochi undeva, e o readaptare, o readaptare totală a vederii. Încetul cu încetul întunericul nu mai e negru. Începe să se sesizeze o lumină subtilă, o lumină difuză. Dacă privești în continuare înăuntru – asta ia timp – treptat, încet începi să sesizezi o lumină



Atunci când intri brusc
de afară, în casă pare
întuneric. Dar dacă
mai stai puțin, încetul
cu încetul întunericul
dispare.

frumoasă. Nu e lumină agresivă; nu e ca lumina soarelui, seamănă mai mult cu lumina lunii. Nu strălucește, nu te orbește, e foarte răcoroasă. Nu e arzătoare, e foarte liniștitoare, e un balsam.

Încetul cu încetul, după ce te vei fi acomodat cu lumina lăuntrică, vei vedea că sursa ești chiar tu. Căutătorul este căutatul. Atunci vei vedea că în tine e comoara, și toată problema a fost că o căutai în afară. O căutai undeva afară, iar ea a fost tot timpul în tine. A fost permanent aici cu tine.

Căutai într-o direcție greșită, atâta tot.

Totul e la îndemâna ta în aceeași măsură în care e la îndemâna oricui altcuiva, în aceeași măsură în care e la îndemâna unui Buddha, unui Baal-Shem, unui Moise, unui Mahomed. E la îndemâna ta, numai că tu cauți în direcția greșită. În ceea ce privește comoara, nu ești mai sărac decât Buddha sau Mahomed – nu, Dumnezeu nu a creat niciodată un om sărac. Lucrul acesta nu se poate întâmpla fiindcă Dumnezeu îl creează pe om din bogăția sa.

Cum să creeze Dumnezeu un om sărac? Tu ești revărsarea lui; faci parte din existență – cum să fii sărac? Ești bogat, bogat fără limită – la fel de bogat ca natura însăși.

Dar tu te uiți în direcția greșită. Direcția e greșită, de asta nu găsești. Și nu că nu vei reuși în viață – poți să reușești. Totuși, vei fi un ratat. Nimic nu o să te mulțumească, pentru că nimic din ce se poate realiza în lumea exterioară nu se compară cu comoara interioară, cu lumina interioară, cu beatitudinea lăuntrică.

Cunoașterea de sine este posibilă numai în profundă singurătate. În mod obișnuit, tot ce știm despre noi înșine este părerea altora. Ei spun „ești bun”, iar noi credem că suntem buni. Ei spun „ești frumos”, și noi credem că suntem frumoși. Ei spun „ești rău”, „ești urât”... tot ce spun oamenii despre noi, ne însușim. Asta devine identitatea noastră. E absolut fals, pentru că nimeni nu te poate cunoaște, nimeni nu poate să știe cine ești, în afară de tine. Tot ce știu alții sunt numai aspecte, iar acele aspecte sunt foarte superficiale. Tot ce știu alții sunt numai stări de moment; ei nu îți pot pătrunde în centrul ființei. Nici măcar iubita ta nu poate să pătrundă în miezul ființei tale. Acolo ești absolut singur, și numai acolo vei ajunge să știi cine ești.

Oamenii trăiesc toată viața crezând ce spun alții, bazându-se pe alții. De asta oamenilor le e foarte frică de părerile altora. Dacă alții cred că ești rău,



Încetul cu încetul, după
ce te vei fi acomodat
cu lumina lăuntrică,
vei vedea că sursa ești
chiar tu.

devii rău. Dacă ei te condamnă, începi să te condamni și tu. Dacă spun că ești păcatos, începi să te simți vinovat. Pentru că depinzi de părerile altora, trebuie să te conformezi continuu ideilor tale, altfel își vor schimba părerea. Asta creează sclavie, o sclavie foarte subtilă. Dacă vrei să fii cunoscut ca fiind bun, valoros, frumos, inteligent trebuie să faci concesii, trebuie să faci permanent compromisuri cu oamenii de care depinzi.

Și apare altă problemă. Oamenii fiind foarte mulți, îți alimentează mintea cu opinii de tip diferit, care se mai și bat cap în cap. O opinie contrazice altă opinie; de aceea în tine există o mare confuzie. O persoană îți spune că ești foarte inteligent, altă persoană îți spune că ești prost. Pe cine să crezi? Cum să decizi? Așa că ești divizat. Devii bănuitor cu privire la tine, cu privire la cine ești. Și problema e foarte complexă pentru că în jurul tău sunt mii de oameni.



O persoană îți spune
că ești foarte inteligent,
altă persoană îți spune
că ești prost. Pe cine
să crezi?

Întri în contact cu foarte mulți oameni, și fiecare îți bagă în cap ideea lui. Oricine nu te cunoaște – nu te cunoști nici chiar tu – așa că toată această colecție de idei devine în lăuntrul tău un talmeș-balmeș. E o situație înnebunitoare. În lăuntrul tău sunt multe gânduri. Ori de câte ori întrebi cine ești, primești multe răspunsuri. Unele răspunsuri sunt ale mamei, altele ale tatălui, altele ale învățătorului și așa mai departe, și e imposibil de hotărât care e răspunsul cel bun. Cum să hotărăști? Pe ce criteriu? Și atunci ești pierdut. Asta este ignoranța de sine. Dar din cauză că depinzi de alții, ți-e frică să intri în singurătate, și asta din cauză că în momentul în care începi să intri în singurătate, ți se face tare frică de faptul că ai să te pierzi. Nu te-ai avut dintr-un bun început, dar sinele pe care ți l-ai creat din opiniile altora va trebui lăsat în urmă. De aceea ți-e tare teamă să intri. Cu cât pătrunzi mai adânc, cu atât știi mai puțin cine ești. Așa că, de fapt, atunci când te îndrepti spre autocunoaștere, spre cunoașterea de sine, trebuie mai întâi să te lepezi de toate ideile despre sine. Vei fi total pierdut, pentru că tot ce știi nu mai e relevant, iar ce este relevant nu știi încă.

Misticii creștini numesc asta „noaptea neagră a sufletului”. Trebuie trecută, și după ce ai trecut-o, vezi zorile. Soarele răsare, și ajungi să te cunoști pentru prima dată. Prima rază de soare, și totul s-a împlinit. Primul ciripit de păsărele în aerul pur al dimineții, și totul s-a realizat.

Fii autentic

Sinceritatea înseamnă autenticitate – să fii sincer, adevărat, să nu fii fals, să nu porți măști. Indiferent care îți este fața adevărată, arat-o cu orice preț.

Reține, asta nu înseamnă că trebuie să-i demaști pe alții; dacă ei sunt mulțumiți de minciunile lor, e treaba lor să decidă. Nu demasca pe nimeni. Subliniez asta pentru că oamenii așa gândesc; ei spun că trebuie să fii sincer, autentic, înțelegând prin asta că trebuie să despoaie pe toată lumea, pentru că „De ce îți ascunzi corpul? N-ai nevoie de hainele astea”. Nu. Trebuie să fii autentic față de tine însuși. Nu e nevoie să reformezi pe nimeni altcineva. Dacă poți să evoluezi tu însuși, e destul. Nu fi reformator și nu îi dăscăli pe alții, nu încerca să îi schimbi pe alții. Dacă te schimbi *tu*, e un mesaj suficient.

Să fii autentic înseamnă să rămâi fidel față de propria ființă. Cum să rămâi fidel? Trebuie să ții seamă de trei lucruri, să le respecti cu sfințenie. Primul, să nu asculți niciodată de nimeni, să nu asculți ce ți se spune. Ascultă-ți întotdeauna vocea interioară, ce ai vrea să fii, altfel îți vei irosi toată viața. Mama ta vrea să fii inginer, tatăl tău vrea să fii doctor, tu vrei să fii poet. Ce e de făcut? Bineînțeles că mama are dreptate pentru că, din punct de vedere financiar, e mai bine să fii inginer. Și tata are dreptate, pentru că meseria de doctor e o marfă bună pe piață, are o valoare de piață. Poet? Ai înnebunit? Nu ești în toate mințile? Poeții sunt blestemați. Nimeni nu-i vrea. Nu e nevoie de ei; lumea poate să existe fără poezie – nu va fi nici o nenorocire dacă n-ar exista poezie. Lumea nu poate să existe fără ingineri; lumea are nevoie de ingineri. Dacă ești necesar, ești valoros. Dacă nu ești necesar, n-ai nici o valoare.

Dar dacă tu vrei să fii poet, fii poet. Poate ai să fii cerșetor – bine. Poate n-ai să te îmbogățești din poezie, dar să nu-ți faci griji din pricina asta, pentru că altfel ai putea fi un mare inginer, ai putea câștiga mulți bani, dar nu te vei simți împlinit, nu vei avea nici o satisfacție, vei tânji mereu, ființa ta interioară va tânji să fie poet.

Am auzit că un mare om de știință, un chirurg căruia i s-a acordat Premiul Nobel, a fost întrebat: „Când ți s-a acordat Premiul Nobel, nu păreai prea fericit. De ce?”. Chirurgul a răspuns: „Eu am vrut mereu să fiu dansator. N-am vrut din capul locului să fiu chirurg, și acum nu numai că am ajuns chirurg, dar sunt și un foarte bun chirurg, și asta e o povară. Voiam să fiu doar dansator, și am rămas un dansator ratat – asta e durerea mea. Ori de câte ori văd pe cineva dansând, mă simt foarte nefericit, trec prin chinurile iadului. Ce să fac

cu acest Premiu Nobel? El nu poate să devină un dans pentru mine, nu-mi poate oferi un dans”.

Ține minte, fii fidel vocii tale lăuntrice, indiferent ce s-ar întâmpla. Umeaz-o, și dacă ea te duce în pericol, intră în pericol, dar rămâi fidel față de ea. Atunci există posibilitatea ca într-o zi să ajungi la o stare în care vei putea dansa de împlinire lăuntrică, de satisfacție interioară.

Să nu uiți niciodată că cel mai important lucru este ființa ta. Nu-i lăsa pe alții să te manipuleze și să te controleze – și ei sunt mulți; fiecare e gata să te controleze, fiecare e gata să te schimbe, fiecare e gata să-ți dea o indicație pe care n-ai cerut-o. Fiecare îți dă un ghid pentru viața ta. Ghidul există în tine, tu deții planul.

Să fii autentic înseamnă să fii conform cu tine însuși. E un fenomen foarte, foarte periculos. Însă oamenii care o fac dobândesc o frumusețe, o grație, o mulțumire de neimaginat.

Motivul din care oamenii arată atât de frustrați e că nimeni nu și-a ascultat vocea interioară. Ai vrut să te căsătorești cu o fată, dar fata era mahomedană iar tu ești *brahmin* hindus, și părinții tău nu au vrut să te lase să te însori cu o mahomedană. Societatea nu a vrut să accepte o astfel de căsătorie. Fata era săracă, iar tu ești bogat. Așa că te-ai însurat cu o femeie bogată, hindusă, din casta *brahminilor*, acceptate de toată lumea, dar nu și de inima ta. Așa că acum duci o viață urâtă. Acum te duci la prostituate – dar nici prostituatele nu au cum să te ajute; ți-ai prostituat întreaga viață. Ți-ai mosit întreaga viață.

Ascultă întotdeauna ce îți spune vocea interioară, și nu asculta de nimeni altcineva. În jurul tău sunt o mie și una de tentații, pentru că mulți își vând mărfurile. Lumea e o piață, și fiecare are interes să-ți vândă marfa lui. Fiecare om e un vânzător. Dacă dai ascultare prea multor vânzători, înnebunești. Nu asculta de nimeni, închide ochii și ascultă ce îți spune vocea interioară. În asta constă meditația – ascultarea vocii interioare. Asta e primul lucru.

Al doilea lucru – care e posibil numai dacă l-ai făcut pe primul – e să nu porți mască niciodată. Dacă ești supărat, fii supărat. E riscant, dar nu zâmbi, pentru



Motivul din care
oamenii arată atât de
frustrați e că nimeni
nu și-a ascultat vocea
interioară.



Când vrei să fii supărat,
fii supărat. Nu-i nimic
rău în a fi supărat.
Dacă îți vine să râzi,
râzi. Nu e nimic rău în a
râde tare.

că asta e ceva fals. Însă ai fost învățat ca atunci când ești supărat să zâmbești. Dar atunci zâmbetul e fals, e o mască – doar o mișcare a buzelor și nimic altceva. Inima e plină de supărare, de otravă, iar buzele zâmbesc! Ești un fenomen fals. Atunci se mai întâmplă un lucru: când vrei să zâmbești, nu poți. Întregul tău mecanism s-a dat peste cap, pentru că atunci când ai fost supărat, n-ai arătat, ci ai zâmbit. Acum vrei să zâmbești, dar nu poți, trebuie să faci un efort să zâmbești. În realitate inima ta e plină de zâmbet și îți vine să râzi tare, dar nu poți. Ceva se blochează în inimă,

se oprește în gât. Zâmbetul nu vine, sau chiar dacă vine e un zâmbet foarte șters, mort. Nu te face fericit, nu debordezi de veselie. Nu radiezi.

Când vrei să fii supărat, fii supărat. Nu-i nimic rău în a fi supărat. Dacă îți vine să râzi, râzi. Nu e nimic rău în a râde tare. Încetul cu încetul vei vedea că întregul tău mecanism funcționează. Când funcționează, se aude un zumzet. Exact ca la o mașină – când totul merge bine, mașina zumzăie, toarce – șoferul care iubește mașina știe că acum totul funcționează bine, există o unitate organică.

Poți să vezi asta – când mecanismul unei persoane funcționează bine, auzi zumzetul în jurul ei. Merge, dar parcă dansează. Vorbește, dar vorbele ei au o poezie subtilă. Se uită la tine și chiar se uită, privirea ei e caldă. Când te atinge, te atinge cu adevărat, îi simți energia intrând în corpul tău, îți transferă un curent de viață. Și toate astea pentru că mecanismul acelei persoane funcționează bine.

Nu purta măști, altfel vei produce dereglări în mecanismul tău, blocaje. Există multe blocaje în corpul tău. Omului care își înăbușă mânia i se blochează maxilarele. Toată mânia urcă până la maxilare și se oprește acolo. Mâinile i se urâtesc; nu au mișcarea grațioasă a unui dansator din cauză că mânia intră în degete și se blochează acolo. Ține minte, mânia are două supape de evacuare: una sunt dinții, cealaltă sunt degetele. Toate animalele când sunt furioase mușcă cu dinții, sau sfâșie cu ghearele.

Am o bănuială că mulți oameni au probleme cu dinții din cauză că își reprimă mânia. Dinții li se strică din cauză că prea multă energie s-a adunat

coloso și nu a fost eliberată niciodată. Și cei care își reprimă mânia mănâncă mai mult – oamenii mânioși mănâncă întotdeauna mai mult pentru că dinții lor au nevoie de mișcare. Oamenii mânioși fumează mai mult, vorbesc mai mult, și asta pentru că maxilarele au nevoie de mișcare pentru a elibera puțină energie. Și mâinile oamenilor mânioși se urâtesc, devin noduroase. Dacă energia ar fi eliberată, ar putea deveni mâini frumoase.

Dacă reprimi ceva, în corp există o parte care corespunde emoției reprimite. Dacă nu vrei să plângi, ochii își pierd lucirea, pentru că e nevoie de lacrimi; ele sunt un fenomen foarte viu. Când plângi din când în când, fă-o ca lumea, lasă lacrimile să curgă în voie, și ochii ți se vor curăța, se vor limpezi, vor redeveni curăți, tineri și virgini.

Ochii femeilor sunt mai frumoși ca ai bărbaților pentru că ele plâng. Bărbații și-au pierdut frumusețea ochilor pentru că au ideea greșită că bărbații nu trebuie să plângă. Dacă un băiețel plânge, toți care sunt în jurul lui, chiar și părinții sar cu gura pe el și spun: „Ce faci? Ești fetiță?”. Ce prostie! Dumnezeu le-a dat bărbatului și femeii aceleași glande lacrimale. Dacă bărbatul nu era menit să plângă, n-ar fi avut glande lacrimale – simplu ca bună ziua! De ce și bărbații și femeile au glande lacrimale? Pentru că ochii au nevoie să plângă, și e minunat dacă poți să plângi din toată inima.

Ia aminte, dacă nu poți să plângi din toată inima, nu poți nici să râzi, pentru că râsul e cealaltă polaritate. Oamenii care pot să râdă pot și să plângă; oamenii care nu pot să plângă nu pot nici să râdă. Și poate ai observat la copii: dacă râd în hohote și mult, încep să plângă – pentru că râsul și plânsul sunt două fenomene unite. Am auzit mame la sate spunându-le copiilor: „Nu mai radeți atâta, că o să dați în plâns”. Și e adevărat, pentru că fenomenele nu sunt diferite, aceeași energie se mișcă spre polii opuși. Așadar, al doilea lucru: nu folosi măști – fii autentic cu orice preț. Și al doilea lucru privitor la autenticitate: rămâi mereu în prezent, pentru că falsitatea vine fie din trecut, fie din viitor. Ce a fost a fost, nu te mai gândi la trecut, nu îl căra ca pe-o povară, pentru că altfel nu te lasă să fii autentic în prezent. Iar viitorul nu a venit încă. Nu-ți bate capul cu viitorul, altfel acesta va veni în prezent și îl va distruge. Fii fidel prezentului și atunci vei fi autentic. A fi aici și acum înseamnă a fi autentic. Fără trecut, fără viitor – cu totul în prezent. Eternitatea este momentul prezent.



Ochii femeilor sunt mai frumoși ca ai bărbaților pentru că ele plâng.

Respectă aceste trei lucruri și vei deveni sincer până în măduva oaselor. Atunci tot ce vei spune va fi adevărat. În mod obișnuit te gândești că trebuie să ai grijă să spui adevărul. Dacă dobândești autenticitate, nu e nevoie să îți impui, să ai grijă să spui adevărul, căci atunci tot ce spui va fi adevărat.

ADEVĂRUL NU E CEVA LOGIC. Eu nu înțeleg prin adevăr o concluzie la care se ajunge prin metode logice, raționale. Prin adevăr înțeleg autenticitate în a fi, adică să fi așa cum ești, cu orice risc, să nu îți impui să fi ce nu ești, să nu fi ipocrit. Dacă ești trist, ești trist. Țasta e adevărul în acel moment; nu îl ascunde. Nu afișa un zâmbet fals, pentru că acel zâmbet fals o să producă o scindare în tine. Vei fi împărțit în două – o parte din tine va zâmbi, și



Eu nu înțeleg prin adevăr o concluzie la care se ajunge prin metode logice, raționale. Prin adevăr înțeleg autenticitate în a fi, adică să fi așa cum ești, cu orice risc, să nu îți impui să fi ce nu ești, să nu fi ipocrit.

bineînțeles că acea parte va fi neînsemnată, partea însemnată, partea cea mare va rămâne tristă. Acum a apărut o scindare, iar dacă vei continua tot așa...

Când ești mânios ți-e teamă să îți arăți mânia, pentru că asta ți-ar putea strica imaginea; oamenii te cred foarte înțelegător, și spun că nu te mânie niciodată. Ei apreciază asta, iar aprecierea este foarte măgulitoare pentru eu. Ei bine, manifestarea mâniei ar distruge imaginea frumoasă, așa că decât să distrugi imaginea preferi să reprimi mânia. Ea fierbe în tine, dar la suprafață rămâi înțelegător, bun, politicos, dulce. Astfel apare divizarea. Oamenii o practică toată viața lor; divizarea se instalează definitiv. Chiar și atunci când ești singur și nu ai avea de ce să te prefaci, continui să te prefaci; asta a devenit a doua natură. Oamenii nu sunt autentici nici măcar în baie; nici când sunt absolut singuri, nu sunt autentici. A nu fi autentici a devenit un obicei pentru ei, o fac fără să gândească, nedeliberat. Și cu cât practici mai mult neautenticitatea, distanța dintre cele două părți ale tale se mărește tot mai mult. Când prăpastia devine de netrecut, se numește schizofrenie. Schizofrenia este o boală mentală gravă; ești două persoane în loc de una. Însă toți oamenii sunt divizați în ființa lor, așa că diferența dintre schizofrenici și normali e numai de grad. Diferența nu constă în calitate ci numai în cantitate.

Prin adevăr eu înțeleg să nu te prefaci. Fii exact așa cum ești. Dacă într-un moment ești trist, fii trist. Dacă în momentul următor ești fericit, nu e nevoie să continui să fii trist, doar pentru că ai fost învățat să fii consecvent. Ori tu așa faci. Dacă ești trist și dintr-o dată tristețea dispare, nu râzi imediat, pentru că ce vor crede oamenii? Ești nebun? Doar cu o clipă în urmă erai trist, iar acum râzi? Numai nebunii sau copiii mici fac asta. Așa că trebuie să aștepți o anumită situație în care să te poți relaxa treptat, să zâmbești și apoi să râzi. Trebuie să existe o trecere gradată între tristețe și râs. Și toate astea se întâmplă din ideea prostească de a fi consecvent. Fiecare



Și nu uita: fiecare moment are realitatea lui atomică, fără legătură cu momentul trecut, fără legătură cu momentul viitor.

moment e în felul lui, nu e nevoie să fie consecvent cu un altul. Viața e un flux, cum râul: ea își schimbă continuu stările de spirit. Așa că nu trebuie să-ți faci griji în privința consecvenței. Cel care e preocupat de consecvență, care ține cu dinții de ea, devine neautentic, pentru că numai minciunile pot fi consecvente. Adevărul se schimbă mereu. Adevărul are contradicțiile lui, și tocmai asta e bogăția adevărului, vastitatea lui, frumusețea lui.

Dacă ești trist, fii trist – fără condamnări, fără evaluări dacă e bine sau rău. Nu e vorba de bine sau rău, e pur și simplu o stare de fapt. Și când pleacă, las-o să plece. Zâmbește fără să te simți vinovat că doar cu o clipă în urmă erai trist și acum zâmbești. Nu aștepta ca mai întâi cineva să spună o glumă, nu aștepta ca mai întâi cineva să spargă gheața, ca apoi să poți să zâmbești. Nu aștepta momentul potrivit să zâmbești. Asta e ipocrizie. Când ești fericit, fii fericit; nu ai de ce să te prefaci că ești altfel decât ești de fapt.

Și nu uita: fiecare moment are realitatea lui atomică, fără legătură cu momentul trecut, fără legătură cu momentul viitor. Fiecare moment e atomic. Momentele nu vin într-o succesiune, unul după altul, nu sunt lineare. Fiecare moment are felul lui de a fi, și în acel moment aia trebuie să fii, nimic altceva. Asta se înțelege de fapt prin adevăr.

Adevărul înseamnă autenticitate, adevărul înseamnă sinceritate. Adevărul nu e ceva logic. E o stare psihică de a fi conform cu realitatea – nu conform cu vreun ideal, pentru că dacă urmărești un ideal devii fals. Dacă te gândești că a fi ca un Buddha înseamnă a fi autentic, n-ai să fii niciodată autentic, pentru că

nu ești un Buddha, ci doar îți impui să fii un Buddha. Poți să stai ca Buddha, poți să devii aproape ca o statuie de marmură, dar în adâncul tău vei rămâne același. Buddha va fi doar o postură. Și dacă ai un ideal, nu poți să fii conform cu momentul, pentru că trebuie să imiți idealul.

Omul autentic nu are idealuri. El trăiește clipă de clipă, de la un moment la altul. El trăiește mereu în prezent. Își respectă întru totul sentimentele, emoțiile, stările de spirit. Și așa vreau eu să fie oamenii: autentici, sinceri, plini de respect față de sufletul lor.

Ascultă-te pe tine însuși

Ascultă-ți întotdeauna sentimentele, nu e nevoie să te uiți în jur. Uitându-te la oamenii din jur nu poți să îți dai seama exact ce se întâmplă cu ei, pentru că fețele lor nu reflectă realitatea, la fel cum nici fața ta nu reflectă ceea ce simți în realitate. Înfrățirea lor exterioară nu e interiorul lor, tot așa cum înfrățirea ta exterioară nu e interiorul tău.

În asta constă ipocrizia societății – să nu îți arăți interiorul, să nu îți arăți adevărata față. Să ți-o ascunzi. Să o arăți cuiva foarte intim, și care te va înțelege. Dar cine este intim? Nici chiar îndrăgostiții nu își arată unul altuia adevărata față. Căci, cine știe, acum se iubesc, dar s-ar putea ca în clipa următoare să nu se mai iubească. Așa că fiecare se închide în el, devine o insulă.

Nu te uita la alții, uită-te la tine. Și, cu orice risc, lasă să iasă la suprafață ce e în tine. Nu există risc mai mare ca reprimarea. Dacă îți reprimi sentimentele, îți vei pierde toată pofta de viață, tot entuziasmul. Îți vei pierde toată viața, dacă vei continua să-ți reprimi emoțiile. Reprimarea e toxică, îți otrăvește ființa.

Ascultă-ți inima, și indiferent ce e acolo, scoate la suprafață. În scurtă vreme îți va fi foarte ușor să o faci, vei deveni priceput, și îți va plăcea. Și o dată ce știi cum e să fii autentic, n-ai să mai vrei niciodată să fii fals, pentru că autenticitatea e foarte frumoasă. Continui să decizi să fii fals pentru că n-ai simțit niciodată gustul realului. Realul a fost reprimat încă din copilărie, ai fost învățat să-l reprimi chiar înainte de a ști ce e, și ai continuat să-l reprimi inconștient, mecanic.

Fii conform cu tine însuși – altă posibilitate nu există. Trebuie să fii responsabil față de ființa ta. Ești răspunzător de ființa ta, și Dumnezeu nu o să te întrebe de ce nu ești altcineva.

Problema e cum să fii tu însuși. Și dacă poți s-o rezolvi; toate celelalte probleme nu mai contează. Atunci viața e un mister frumos care trebuie trăit, nu o problemă de rezolvat.

Ai încredere în tine

Încrederea este posibilă numai dacă mai întâi ai încredere în tine. Lucrul esențial trebuie să se întâmple mai întâi în tine. Dacă ai încredere în tine, poți să ai încredere și în mine, poți să ai încredere în oameni, poți să ai încredere în existență. Dacă însă nu ai încredere în tine, nu ai încredere în nimeni și nimic.

Iar societatea distruge încrederea chiar de la rădăcină. Ea nu te lasă să ai încredere în tine. Te învață alte feluri de încredere – încrederea în părinți, încrederea în biserică, încrederea în stat, încrederea în Dumnezeu și așa mai departe. Dar încrederea de bază este distrusă complet. Iar toate celelalte tipuri de încredere sunt false, nu au cum să nu fie false. Toate celelalte tipuri de încredere sunt doar flori de plastic. Nu ai rădăcini adevărate din care să crească flori adevărate.

Societatea distruge încrederea în sine în mod deliberat, intenționat, pentru că omul care are încredere în el este periculos pentru



Societatea distruge
încrederea în sine
în mod deliberat,
intenționat, pentru că
omul care are încredere
în el este periculos
pentru societate.

societate – o societate care se bazează pe sclavie, o societate care a investit prea mult în sclavie. Omul care are încredere în sine este un om independent. Nu poți să faci preziceri cu privire la el, este imprevizibil, acționează în felul lui. Viața lui e libertatea. El are încredere în ce simte, în ce iubește, și încrederea lui este extraordinar de intensă și adevărată. Încrederea lui e vie și autentică. Și e gata să riște totul pentru încrederea lui, dar numai când o simte, numai când e adevărată, numai când îi mișcă inima, numai când îi stimulează inteligența și iubirea, altfel nu. Nu poți să-i impui nici un fel de credință.

Această societate se bazează pe credință. Toată structura ei se bazează pe autohipnoză, pe crearea de roboți și mașini, nu de oameni. Ea are nevoie de oameni dependenți, atât de dependenți încât simt permanent nevoia de

a fi tiranizați, atât de dependenți încât își caută tiranii, un Adolf Hitler, un Mussolini, un Iosif Stalin, un Mao Tzedong. Am transformat acest pământ, acest frumos pământ într-o mare închisoare. Câțiva oameni setoși de putere au redus întreaga omenire la o gloată. Omul e lăsat să existe numai dacă face compromisuri cu tot felul de prostii.

Ei bine, să-i spui unui copil să creadă în Dumnezeu e o prostie, o mare prostie – nu pentru că Dumnezeu nu există, ci fiindcă, mic cum e, copilul nu a simțit încă setea, dorința. El nu e pregătit încă să plece în căutarea adevărului, a adevărului absolut al vieții. Nu e încă suficient de matur să cerceteze realitatea existenței. Acea poveste de iubire se va întâmpla într-o zi, dar numai dacă nu i se impune nici o credință. Dacă e convertit înainte de a-i fi apărut setea de a explora și a cunoaște, își va trăi întreaga viață într-un mod fals, va duce o pseudoviață.

Da, va vorbi despre Dumnezeu, pentru că i s-a spus că Dumnezeu există. I s-a spus asta în copilărie, de către oameni care aveau autoritate în fața lui – părinții, preoții, învățătorii. Așa i s-a spus și a trebuit să accepte; era o chestiune de supraviețuire. Nu putea să-și contrazică părinții, pentru că fără ei nu ar fi putut trăi. Era prea riscant să spună nu, a trebuit să spună da. Dar da-ul lui nu era autentic. Cum să fi fost autentic? A spus da numai ca să supraviețuiască. Nu a fost transformat într-o persoană religioasă, ci într-un diplomat, într-un politician. Potențialul lui de a deveni o ființă autentică a fost sabotat. I s-a distrus însăși posibilitatea de a fi inteligent, pentru că inteligența apare numai când apare dorința de a cunoaște. Acum dorința nu va apărea, pentru că înainte ca întrebarea să fi pus stăpânire pe sufletul lui, răspunsul a fost deja dat. Înainte să-i fie foame, i s-a dat cu de-a sila să mănânce. Acum, fără foame, această hrană băgată forțat nu poate fi digerată; nu există foamea care s-o digere. De asta oamenii trăiesc ca niște țevi prin care viața trece ca mâncarea nedigerată.

Trebuie să fii foarte răbdător cu copiii, foarte atent să nu spui ceva care le-ar putea împiedica inteligența să sosească, să nu-i convertești în creștini, hinduși și mahomedani. Ai nevoie de foarte multă răbdare. Într-o zi se întâmplă minunea – copilul singur începe să întrebe. Nici atunci nu trebuie să-i oferi răspunsuri de gata. Răspunsurile de gata nu ajută pe nimeni; sunt seci și stupide. Ajută-l să devină mai inteligent. Decât să-i oferi răspunsuri, mai bine oferă-i situații și provocări pentru ca inteligența să i se ascute și să întrebe mai adânc, astfel încât întrebarea să pătrundă chiar în miez, astfel încât întrebarea să devină o chestiune de viață și moarte.

Dar lucrul acesta nu e permis. Părinților le e foarte frică, societății îi e foarte frică. Dacă copiii sunt lăsați să rămân liberi, cine știe ce se poate întâmpla. S-ar putea să nu intre în turma căreia îi aparțin părinții, s-ar putea să nu meargă niciodată la biserică – protestantă, catolică sau de care o fi. Cine știe ce o să se întâmple când copiii o să fie inteligenți și pe cont propriu? Nu vor mai putea fi controlați. Iar societatea găsește întruna politici de a controla pe toată lumea, de a stăpâni sufletul tuturor.

De asta primul lucru pe care trebuie să îl facă este să distrugă încrederea încrederea copilului în el însuși. Trebuie să-l facă să tremure și să-i fie frică. Odată ce tremură, e controlabil. Dacă are încredere în el, nu poate fi controlat. Dacă are încredere în el se va afirma, va face ceea ce trebuie, și numai ce vrea el. Nu va face niciodată ce vrea altcineva. Nu va fi niciodată imitator, nu va fi niciodată o persoană fadă, moartă. Va fi atât de viu, va pulsa de viață atât de mult încât nimeni nu va putea să îl controleze.

Distruge-i încrederea și l-ai castrat. I-ai luat puterea; acum va fi veșnic neputincios, va avea veșnic nevoie să fie dominat de cineva, să fie dirijat și comandat. Acum va fi un soldat bun, un cetățean bun, un naționalist bun, un creștin sau mahomedan sau hindus bun.

Da, va fi toate aceste lucruri, dar nu va fi un individ adevărat. Nu va avea rădăcini, va fi deșurdatăcinat toată viața lui. Va trăi fără rădăcini, iar să trăiești fără rădăcini înseamnă să trăiești în suferință, înseamnă să trăiești în iad. Un copac are nevoie de rădăcini în pământ; omul e tot un copac care are nevoie de rădăcini în existență, altfel va duce o viață foarte mărginită, lipsită de inteligență.

Zilele trecute am citit o poveste:

Trei chirurghi, vechi prieteni, s-au întâlnit în vacanță. Stând pe plajă, la oare, au început să se laude. Primul a spus:

A venit la mine un bărbat care își pierduse ambele picioare în război. I-am pus picioare artificiale și s-a întâmplat o minune. Acum a devenit unul dintre cei mai mari alergători din lume! Există toate șansele ca la următoarea olimpiadă să ia medalia de aur.

Al doilea a spus:

Asta-i nimic! La mine a fost adusă o femeie care a căzut dintr-o clădire cu nouzeci de etaje; avea fața complet zdrobită. I-am făcut operație plastică. Chiar zilele trecute am aflat din ziare că a câștigat concursul mondial de frumusețe.

Al treilea era un om modest. Tăcea. Ceilalți doi s-au uitat la el și l-au întrebat:

– Tu ce ai făcut în ultimul timp? Ce e nou?

Omul a spus:

– Nu mare lucru... ba, mai mult, n-am voie să vorbesc despre asta.

Ambii lui colegi au devenit și mai curioși. Au spus:

– Dar suntem prieteni, poți să ne spui și îți vom păstra secretul. Nu-ți fie grijă, nu o să răsuflă.

Așa că bărbatul a spus:

– Bine, dacă așa spuneți voi, fie! A fost adus la mine un bărbat; își pierduse capul într-un accident de mașină. N-am știut ce să fac. Am dat fuga în grădină să-mi adun mințile, să mă gândesc ce să fac și, deodată, ochii mi-au căzut pe o varză. Negăsind nimic altceva, am transplatat varza în locul capului. Și știți ce? Omul acela a ajuns președintele Statelor Unite!

Poți să distrugi copilul; totuși, el poate să ajungă președintele Statelor Unite. Există toate șansele să ai succes fără inteligență. De fapt, e mai greu să devii om de succes cu inteligență, fiindcă omul inteligent este inventiv. El e întotdeauna înaintea vremii sale, e nevoie de timp să fie înțeles.



Nu spun că omul lipsit
de inteligență nu poate
deveni om de succes,
poate deveni renumit
– totuși va rămâne fals.

Omul lipsit de inteligență este ușor de înțeles. El se încadrează în tiparele societății; societatea are valori și criterii după care să-l judece. Dar societății îi trebuie ani întregi să evalueze un geniu.

Nu spun că omul lipsit de inteligență nu poate deveni om de succes, poate deveni renumit – totuși va rămâne fals. Și asta e nenorocirea: poți să devii renumit, dar dacă ești fals trăiești în suferință. Nu știi ce binecuvântări revărsă asupra ta viața – n-ai să știi niciodată. Nu ai destulă inteligență ca să știi. Nu vei vedea niciodată extraordinarul miracol care te înconjoară, cu care îți încrucișezi pașii, în mii de feluri, în fiecare zi. Nu îl vei vedea niciodată pentru că, pentru a-l vedea, ai nevoie de o extraordinară capacitate de a înțelege, de a simți, de a fi.

Această societate este o societate orientată spre putere. Această societate este încă peste măsură de primitivă, peste măsură de barbară. Câțiva oameni – politicieni, preoți, profesori – câțiva oameni domină milioane. Și această societate este condusă în așa fel încât nici un copil nu e lăsat să aibă inteligență.

Este un pur accident că din când în când sosește un Buddha pe pământ – un pur accident. Cumva, din când în când, un om scapă din ghearele societății. Din când în când, un om rămâne neotrăvit de societate. Asta probabil din cauza vreunei erori, vreunei greșeli a societății. Altfel societatea reușește să-ți distrugă rădăcinile, să-ți distrugă încrederea în tine. Și o dată ce a făcut asta, niciodată nu o să mai poți să ai încredere în cineva.

Odată ce nu ești capabil să te iubești pe tine, nu vei putea niciodată să iubești pe cineva. Asta este un adevăr absolut, nu există excepții de la el. Nu poți să iubești pe alții dacă nu te iubești pe tine. Dar societatea condamnă iubirea de sine. Ea spune că asta este egoism, este narcisism.

Da, iubirea de sine poate deveni narcisism, dar nu neapărat. Ea poate deveni narcisism dacă nu merge niciodată dincolo de sine, poate deveni egoistă dacă se limitează la sine. Altfel, iubirea de sine este începutul tuturor celorlalte iubiri. Omul care se iubește pe sine începe, mai devreme sau mai târziu, să se reverse la iubire. Omul care are încredere în sine are încredere în toți, chiar și în cei care o să-l înșele, chiar și în cei care l-au înșelat deja. Da, are încredere chiar și în ei, pentru că acum știe că încrederea e mai de preț decât orice altceva.

Poți să înșeli un om, dar în ce poți să-l înșeli? Poți să-i iei niște bani sau altceva. Însă omul care cunoaște frumusețea încrederii nu se împiedică de astfel de mărunțișuri. El tot te va iubi, tot va avea încredere în tine. Și atunci se întâmplă o minune: dacă un om are cu adevărat încredere în tine, este imposibil să îl înșeli, aproape imposibil.

Se întâmplă zilnic și în viața ta. Când ai încredere în cineva, acelui om nu este cu neputință să te înșele, să te tragă pe sfoară. Stând pe peron, într-o gară, nu cunoști persoana care se află lângă tine – e un străin, ți-e total străin și îi spui: „Te rog să te uiți la bagajul meu, trebuie să mă duc să-mi cumpăr bilet. Te rog să ai grijă de bagajul meu”. Și te duci. Ai încredere într-un om care îți este total străin. Dar nu se întâmplă aproape niciodată ca acel străin să te înșele. Poate te-ar fi înșelat dacă nu ai fi avut încredere în el.

Încrederea are în ea o magie. Cum poate el să te înșele acum că ai avut încredere în el? Cum să cadă atât de jos? Nu se va ierta niciodată dacă te-ar înșela.



Odată ce nu ești
capabil să te iubești
pe tine, nu vei putea
niciodată să iubești
pe cineva.

Fiecărui om îi place să se aibă încredere în el. Asta înseamnă respect din partea celeilalte persoane, și cu atât mai mult cu cât persoana respectivă e un străin. La fel și în exemplul de mai sus. Nu ai nici un motiv să te încrezi în acel om, și totuși o faci. L-ai ridicat pe acel om pe un pedestal foarte înalt,



Un om care are
încredere în sine ajunge
să cunoască frumusețea
acestui lucru

l-ai onorat cu încrederea ta, iar lui îi e aproape imposibil să cadă de la acea înălțime. Nu și-ar ierta niciodată dacă ar face-o, ar purta toată viața povara vinovăției sale.

Un om care are încredere în sine ajunge să cunoască frumusețea acestui lucru – ajunge să știe că cu cât ai mai multă încredere în tine cu atât înflorești mai tare; cu cât ești mai relaxat, cu atât ești mai așezat și mai senin. Și e atât de frumos încât începi să ai încredere în

tot mai mulți oameni, pentru că cu cât ai mai multă încredere, cu atât liniștea ta se adâncește, detașarea ta pătrunde tot mai adânc, până în miezul ființei tale. Și cu cât ai mai multă încredere, cu atât plutești mai sus. Omul care poate să aibă încredere în alții, mai devreme sau mai târziu va cunoaște logica încrederii. Și pe urmă, într-o zi, va avea încredere în necunoscut.

Începe prin a avea încredere în tine însuși – asta e lecția de bază, prima lecție. Începe prin a te iubi pe tine. Dacă tu nu te iubești, cine o să te iubească? Însă, ia aminte: dacă te iubești *numai* pe tine, iubirea ta va fi foarte săracă.

Un mare mistic evreu, Hillel, a spus: „Dacă tu nu ești pentru tine, cine o să fie pentru tine?”. Și a mai spus: „Dacă ești numai pentru tine, ce sens poate să aibă viața ta?”. Două formulări extrem de semnificative. Ține minte: iubește-te pe tine, pentru că dacă tu nu te iubești, nimeni nu te va iubi vreodată.

Nu poți să iubești un om care se urăște. Iar pe acest pământ nefericit, aproape fiecare om se urăște, fiecare om se condamnă. Cum să iubești un om care are o poziție acuzatoare față de sine? Nu te va crede. Când el însuși nu se iubește, cum îndrăznești să-l iubești tu? El nu se poate iubi pe sine – cum poți să-l iubești tu? Te va suspecta de vreo înșelătorie, de vreun joc, de vreun interes. Va suspecta că vrei să-l înșeli în numele iubirii. Va fi foarte circumspect, precaut, iar bănuiala lui îți va otrăvi ființa. Dacă iubești un om care se urăște, încerci să-i distrugi ideea despre sine. Și nimeni nu renunță ușor la ideea lui despre sine; asta este identitatea lui. Se va lupta cu tine, va căuta să-ți dovedească faptul că el are dreptate și tu greșești.

Asta se întâmplă în toate relațiile de iubire – prefer să le numesc așa-zisele relații de iubire. Se întâmplă între fiecare soț și soție, între fiecare bărbat și femeie, între toți îndrăgostiții. Cum să distrugi ideea celuilalt despre sine? Asta este identitatea lui, este eul lui, așa se cunoaște el pe sine. Dacă îi iei această idee, nu va mai ști cine este. E prea riscant; nu poate renunța atât de ușor la ideea lui. Îți va dovedi că nu merită să fie iubit, că merită doar să fie urât. Și la fel stau lucrurile cu tine. Și tu te urăști; nu poți să lași pe nimeni să te iubească. Când cineva vine spre tine cu o energie iubitoare, te faci mic, îți vine să fugi, te e frică. Știi foarte bine că nu ești demn de a fi iubit, știi că numai la suprafață pari foarte bun, foarte frumos; în adâncul ființei tale ești urât. Și dacă îl lași pe acel om să te iubească, mai devreme sau mai târziu – o să fie mai devreme decât mai târziu – va ajunge să știe cine ești în realitate.

Cât timp poți să te prefaci în fața unei persoane cu care trăiești în dragoste? Poți să te prefaci la piață, poți să te prefaci la Lion's Club sau la Rotary Club să zâmbete, numai zâmbete. Poți să joci un teatru grozav. Dar dacă trăiești cu o persoană douăzeci și patru de ore pe zi, e obositor să zâmbești. Zâmbetul te obosește, pentru că e fals. E doar o mișcare a buzelor, și buzele obosesc. Cum poți să fii veșnic dulce? Amăreala ta va ieși la suprafață. De aceea când luna de miere s-a terminat, totul s-a terminat. Amândoi ați cunoscut realitatea celuilalt, amândoi ați cunoscut falsitatea celuilalt.

Omului îi e frică să fie intim. Să fii intim înseamnă să lași la o parte teatrul. Iar tu știi cine ești – un om fără valoare, învățătorii, preoții, politicienii, toți ți-au spus că ești un om fără valoare, un gunoi. Nimeni nu te-a acceptat vreodată. Nimeni nu ți-a dat sentimentul că ești iubit și respectat, că ești dorit – că această existență îți va simți lipsa, că această existență nu va mai fi la fel fără tine, că vei lăsa în urma ta un gol. Fără tine, acest univers o să-și piardă o parte din poezie, o parte din farmusețe: va lipsi un cântec, va lipsi o notă, va rămâne un gol – nimeni nu ți-a spus asta.

Și asta mă străduiesc eu să fac aici: să distrug neîncrederea în tine care ți-a fost înflăcărată, să distrug autocondamnarea care ți-a fost impusă, să ți le iau și să-ți dau sentimentul că ești iubit și respectat, iubit de existență. Dumnezeu te-a creat pentru că te-a iubit. Te-a iubit atât de mult încât nu a rezistat tentației de a te crea.



Omului îi e frică să
fie intim. Să fii intim
înseamnă să lași la o
parte teatrul.



Relaxează-te în ființa
ta, ești iubit și respectat
de către întreg.

Când un pictor pictează, pictează pentru că iubește. Vincent van Gogh a pictat toată viața lui soarele, iubea foarte mult soarele. De fapt, din cauza soarelui a înnebunit. Timp de un an a stat continuu afară pictând soarele arzător. Toată viața lui se învârtea în jurul soarelui. Iar în ziua în care a fost mulțumit că realizase tabloul pe care voise întotdeauna să-l

picteze – iar ca să îl facă pe acesta pictase multe altele, de care însă nu fusese mulțumit – în ziua în care a fost mulțumit, în ziua în care a putut spune „Da, asta este tabloul pe care am vrut să-l pictez”, s-a sinucis pentru că, a spus el: „Munca mea e făcută. Am făcut lucrul pentru care am venit pe lume. Destinul meu s-a împlinit, acum nu mai are rost să trăiesc”.

Și-a dedicat întreaga viață unei anumite picturi. Trebuie să fi fost îndrăgostit nebunește de soare. S-a uitat la soare atât de mult încât și-a distrus ochii, vederea, și a înnebunit. Când un poet compune o poezie e pentru că o iubește. Dumnezeu te-a pictat, te-a cântat, te-a dansat. Dumnezeu te iubește! Dacă nu vezi nici un sens în cuvântul *Dumnezeu*, numește-l existență, numește-l întreg. Existența te iubește, altfel nu ai fi aici.

Relaxează-te în ființa ta, ești iubit și respectat de către întreg. De asta întregul respiră în tine, pulsează în tine. O dată ce simți respectul extraordinar, iubirea întregului și încrederea lui în tine, vei începe să prinzi rădăcini în ființa ta. Vei avea încredere în tine. Și numai atunci vei putea să ai încredere în mine, numai atunci vei putea să ai încredere în prietenii tăi, în copiii tăi, în partenerul tău de viață. Numai atunci vei putea să ai încredere în copaci și în animale și în stele și în lună. Atunci nu va mai fi o problemă de a avea încredere în asta sau în aia; vei avea încredere pur și simplu. Iar a avea încredere înseamnă să fi religios.

Asta înseamnă *sannyas*. *Sannyas* înseamnă să desfaci tot ce a făcut societatea. Nu întâmplător preoții sunt împotriva mea, politicienii sunt împotriva mea, părinții sunt împotriva mea, întregul sistem e împotriva mea. Înțeleg foarte bine logica. Eu încerc să desfac ce au făcut ei. Sabotez întregul sistem al acestei societăți sclavagiste.

Mă străduiesc să creez rebeli, iar începutul rebelului este să aibă încredere în sine. Dacă pot să te fac să ai încredere în tine, te-am ajutat. Nu mai e nevoie de nimic, tot restul vine de la sine.

Intimitatea cu alții – pașii următori –

Atunci când doi îndrăgostiți sunt cu adevărat deschiși unul față de celălalt, când nu se tem unul de celălalt și nu ascund nimic unul de celălalt, înseamnă că sunt intimi. Intimitatea asta înseamnă. Când fiecare poate să spună tot ce gândește fără să-i fie teamă că celălalt se va simți jignit sau rănit, înseamnă că între ei există intimitate. Dacă însă crede că celălalt se va simți jignit, atunci intimitatea nu e destul de adâncă. Atunci e un fel de aranjament care poate fi rupt de orice. Dar când doi îndrăgostiți consideră că nu au nimic de ascuns și pot să spună totul, iar încrederea a ajuns la o astfel de adâncime încât fiecare știe ce gândește celălalt, fără să fie nevoie de cuvinte, cei doi devin intimi.

Lasă-te văzut

Viața e un pelerinaj, și dacă nu ajungi la iubire rămâne un pelerinaj în care nu ajungi nicăieri. Se învâртеște în cerc, fără să vină vreodată momentul împlinirii, momentul în care poți să spui: „Am ajuns. Mi-am îndeplinit misiunea. Sămânța s-a împlinit în floare”. Iubirea este țelul, viața este călătoria. Iar o călătorie fără țel este menită să fie haotică. Nu va avea nici o direcție precisă. Azi mergi spre nord, mâine mergi spre sud. Dacă țelul nu e clar, vei rămâne o bucată de lemn care plutește pe apă. Țelul trebuie să fie clar. Poate să fie o stea foarte îndepărtată, asta nu are nici o importanță, dar steaua trebuie să existe. Nu are nimic dacă e foarte îndepărtată, important e să existe. Dacă privirea ta rămâne concentrată asupra ei, atunci călătoria de zece mii de mile nu e o călătorie lungă. Dacă te miști în direcția cea bună, atunci chiar și cea mai lungă călătorie nu e o problemă. Dar dacă te deplasezi într-o direcție greșită, sau dacă nu te deplasezi în nici o direcție, sau te deplasezi în toate direcțiile laolaltă, atunci viața intră în colaps. Asta este nevroza – un colaps al energiei: nu știi unde să te duci, ce să faci, ce să fii. Faptul că nu știi

ce e cu tine lasă un gol înăuntru, o rană, o gaură neagră din care va apărea în mod constant frica. De asta oamenii trăiesc tremurând de frică. Oricât ar ascunde acest lucru, oricât l-ar acoperi, adevărul rămâne: trăiesc în frică. De asta oamenilor le e frică să fie intimi cu cineva – intimitatea, apropierea prea mare i-ar putea permite celui alt să vadă gaura neagră din ei.

Cuvântul *intimitate* provine din cuvântul latinesc *intimum*. *Intimum* înseamnă interior, miez. Dacă nu ai ceva acolo, nu poți să fii intim cu nimeni.



Intimum înseamnă
interior, miez. Dacă nu
ai ceva acolo, nu poți
să fii intim cu nimeni.

Nu îți permiți să fii intim, de teamă că celălalt o să vadă gaura, rana care mustește de puroi. O să vadă că nu știi cine ești, că nu știi încotro mergi, că nu îți auzi nici măcar propriul cântec, că viața ta e un haos, nu un cosmos. De aici frica de intimitate.

Până și îndrăgostiții devin rareori intimi. Iar relația bazată doar pe sexualitate nu înseamnă intimitate. Intimitatea nu se limitează la orgasmul sexual – acesta e ceva periferic, poate să existe sau poate să nu existe. Intimitatea e o cu totul altă dimensiune. Ea îi permite celui alt să intre în tine, să te vadă așa cum te vezi tu însuși – îi permite celui alt să te vadă din lăuntru, îl invită în miezul ființei tale. În lumea modernă, intimitatea e pe cale de dispariție. Nici chiar îndrăgostiții nu sunt intimi. Prietenia este acum doar un cuvânt, a dispărut. Motivul? Motivul e că nu există nimic de împărțit. Cine vrea să-și împartă sărăcia lăuntrică? Așa că fiecare se preface: „Sunt bogat, știu ce fac, știu încotro merg”.

Nu ești pregătit și nu ești destul de curajos să te deschizi, să-ți arăți haosul lăuntric, și să fii vulnerabil. Ți-e frică de faptul că celălalt ar putea exploata asta. Văzând că ești un haos, celălalt ar putea să te domine. Văzând că nu ești stăpânul ființei tale și că ai nevoie de un stăpân, celălalt ar putea deveni el stăpânul. Și lucrul ăsta este valabil pentru toți. Toți caută să se apere, astfel încât nimeni să nu le cunoască neajutorarea lăuntrică; altfel ar putea fi exploatați. În această lume, exploatarea e la ordinea zilei.

Iubirea este țelul. Și o dată ce țelul e clar, începi să te îmbogățești lăuntric. Rana dispare și devine o floare de lotus; rana se transformă într-o floare de lotus. Ți se arată că ești un haos, celălalt ar putea să te domine. Văzând că nu ești stăpânul ființei tale și că ai nevoie de un stăpân, celălalt ar putea deveni el stăpânul. Și lucrul ăsta este valabil pentru toți. Toți caută să se apere, astfel încât nimeni să nu le cunoască neajutorarea lăuntrică; altfel ar putea fi exploatați. În această lume, exploatarea e la ordinea zilei.

continuare prin cotloanele întunecoase ale existenței; ei nu ajung niciodată pe culmile însozite ale vieții.

Nevoia de intimitate

Ființa are două fețe, cea exterioară și cea interioară. Fața exterioară poate fi publică, cea interioară nu. Dacă faci publică fata interioară, îți pierzi sufletul, și pierzi fața originală. Și atunci vei trăi ca și cum nu ai avea ființa interioară. Viața va fi searbădă, inutilă. Asta li se întâmplă celor care duc o viață publică: politicienilor, actorilor de film. Devenind persoane publice, își pierd complet ființa interioară; nu știu cine sunt în afară de ce spune publicul despre ei. Depind de părerea altora, nu au simțul propriei lor ființe.

Una dintre cele mai renumite actrițe, Marilyn Monroe, s-a sinucis, și psihanaliztii s-au tot străduit să înțeleagă motivul. Era una dintre cele mai frumoase femei care au existat vreodată, una dintre cele mai de succes femei. Chiar și președintele Statelor Unite, J. F. Kennedy, a fost îndrăgostit de ea, și milioane de oameni o iubeau. Avea totul, mai mult de atât nu se putea.

Însă era persoană publică și o știa. Chiar și în intimitate îi spunea președintelui Kennedy „Domnule președinte” – de parcă ar fi făcut dragoste cu o instituție, nu cu un bărbat.

Ea era o instituție. Încetul cu încetul și-a dat seama că nu avea nimic privat, numai al ei. Totul era expus, la vedere. Părerea mea este că s-a sinucis pentru că numai asta îi rămăsese să facă în mod secret.

Totul era public; sinuciderea era singurul lucru pe care putea să-l mai facă singură, ceva absolut intim și secret. Persoanele publice sunt deseori tentate să se sinucidă, pentru că numai prin sinucidere pot avea o străfulgerare a ceea ce sunt.

Tot ce e frumos e interior, iar interiorul ascamnă intimitate. E interesant de observat că atunci când fac dragoste, femeile închid ochii. Știu ele ceva. Bărbatul face dragoste cu ochii deschiși; rămâne un privitor. Nu se dăruiește total. Rămâne un voyeur, de



Ființa are două
fețe, cea exterioară
și cea interioară.
Fața exterioară
poate fi publică, cea
interioară nu.



Ce se întâmplă pe
întuneric? Pe întuneric,
toate celelalte dispar,
pentru că nu vezi.

parcă altcineva face dragoste și el se uită, de parcă urmărește o scenă de dragoste la televizor. Dar femeia închide ochii pentru că se armonizează mai delicat cu interiorul. Pentru ea, iubirea are un cu totul alt parfum.

Fă următorul lucru: deschide într-o seară robinetele de la baie, lasă apa să curgă în cadă, apoi stinge și aprinde lumina. Pe întuneric vei auzi mai clar cum curge apa, zgomotul va fi puternic, distinct. Când lumina va fi

aprinsă, zgomotul își va pierde din intensitate. Ce se întâmplă pe întuneric? Pe întuneric, toate celelalte dispar, pentru că nu vezi. Sunteți acolo numai tu și zgomotul apei. De asta în toate restaurantele bune lumina puternică este evitată. Restaurantele sunt luminate cu lumânări. Într-un restaurant luminat cu lumânări simți mai bine gustul mâncării pentru că, lumina nefiind puternică, simțul văzului slăbește și gustul devine simțul dominant.

În chiar prima propoziție din *Metafizică*, Aristotel spune că văzul este principalul simț al omului. Nu este – de fapt, văzul a devenit prea dominator. A monopolizat întreaga ființă, și a distrus toate celelalte simțuri. Platon, profesorul lui Aristotel, spune că simțurile au o ierarhie – în vârf este văzul, iar ultimul pe scara ierarhică este pipăitul. Nu are deloc dreptate. Nu există nici o ierarhie. Toate simțurile sunt la același nivel, și așa trebuie să fie.

Dar tu trăiești cu ochii: optzeci la sută din viața ta se orientează după ochi. Nu trebuie să fie așa; trebuie restabilit echilibrul. Pipăitul, de exemplu, are ceva ce ochii nu pot oferi. Ca să vezi diferența, pipăie persoana pe care o iubești pe lumină puternică, și pipăi-o și pe întuneric. Pe întuneric, corpul se dezvăluie, pe lumină puternică, se ascunde.

Ai văzut picturile lui Renoir cu trupuri de femei? Au ceva miraculos în ele. Mulți pictori au pictat trupul de femeie, dar nu se compară cu Renoir. Care e diferența? Toți ceilalți pictori au pictat trupul de femeie așa cum se arată el ochilor. Renoir l-a pictat așa cum se simte la pipăit, astfel că picturile lui aveau căldură și viață.

Când pipăi, se întâmplă ceva foarte aproape. Când privești, ceva e departe. Pe întuneric, în secret, în intimitate se dezvăluie ceva care nu se poate dezvălui sub ochii tuturor, pe tarabă. Alții se uită, sunt atenți; ceva în tine se strânge, nu poate să înflorească. E ca și cum ai pune sămânța pe pământ, la vedere, ca

o se uite toți la ea. Nu va încolți niciodată. Trebuie aruncată adânc în uterul pământului, în întunericul adânc unde nu o vede nimeni, și va încolți, și din ea va crește un copac mare.

Așa cum semințele au nevoie de întuneric și intimitate în pământ, toate relațiile care sunt adânci și intime rămân launtrice. Ele au nevoie de intimitate, de un loc în care să existe numai doi. Apoi vine un moment când chiar și cei doi se dizolvă și există numai unul.

Doi îndrăgostiți care sunt în armonie adâncă unul cu celălalt se dizolvă. Rămâne numai unul. Respiră concomitent, există concomitent. Acest lucru n-ar fi posibil dacă ar exista observatori. Așa că tot ce e frumos, tot ce e profund se întâmplă pe întuneric.

În relațiile dintre oameni este nevoie de intimitate. Discreția are motiv să existe. Să nu uiți niciodată că a fi complet deschis în viață e o mare prostie. E ca și cum ți-ai întoarce buzunarele pe dos. Nu e nimic rău în a fi deschis, dar nu deschis întru totul, nu deschis în toate.

Nu spun să te miști veșnic în întuneric. Lumina are frumusețea ei și mișcarea ei. Dacă sămânța rămâne veșnic în întuneric, și nu ajunge niciodată să primească dimineața lumina soarelui, va muri. Are nevoie de întuneric să încolțească, să prindă putere, să renască, și apoi trebuie să iasă la suprafață și să confrunte lumea și lumina și ploaia și vântul. Trebuie să accepte provocarea exteriorului. Dar acea provocare poate fi acceptată numai dacă a prins rădăcini adânc în pământ.

Nu spun să devii escapist. Nu spun să închizi ochii, să te închizi în tine și să nu mai ieși niciodată. Spun doar să intri în tine, ca să poți să ieși cu energie, cu iubire, cu compasiune. Intră în tine, ca atunci când ai să ieși să nu fi un cerșetor, ci un rege. Intră în tine, ca atunci când ai să ieși să ai ceva de împărțit florile, frunzele. Intră în tine, ca atunci când ai să ieși să fii mai bogat, nu mai sărac. Și ori de câte ori te simți epuizat, nu uita că sursa de energie este în tine. Închide ochii și intră în tine.

Fă-ți relații exterioare, fă-ți și relații interioare. Bineînțeles că fără relații exterioare nu se poate – te învârtești în lume, ai relații de afaceri, dar ele nu trebuie să fie totul. Au și ele rolul lor, dar trebuie să mai existe ceva absolut intim și secret, ceva pe care să-l poți numi al tău.



Doi îndrăgostiți care
sunt în armonie adâncă
unul cu celălalt se
dizolvă.

Asta i-a lipsit lui Marilyn Monroe. Era o persoană publică, de succes, și totuși a fost un eșec total. Când era în culmea succesului și a faimei, s-a sinucis. De ce s-a sinucis rămâne o enigmă. Avea toate motivele să trăiască;



Asta i-a lipsit lui
Marilyn Monroe. Era
pustie în interiorul
ființei ei. Sinuciderea a
fost singura cale de a
scăpa de pustiul din ea.

e de neimaginat mai multă faimă, mai mult succes, mai multă frumusețe, mai multă sănătate, mai multă charismă. Avea totul, și totuși îi lipsea ceva. Era pustie în interiorul ființei ei. Sinuciderea a fost singura cale de a scăpa de pustiul din ea.

Poate că nu ai destul curaj să te sinucizi ca Marilyn Monroe. Poate că ești foarte laș și te sinucizi foarte lent – s-ar putea să-ți ia șaptezeci de ani să te sinucizi, dar tot sinucidere va fi. Dacă nu ai ceva în interiorul tău, care nu depinde de ceva din afară, ceva care este numai al tău – o lume, un spațiu al tău în care să poți

să închizi ochii și să te miști, și să uiți că mai există și altceva – te vei sinucide.

Viața răsare din acea sursă interioară și se răspândește în exterior. Trebuie să existe un echilibru, eu am fost întotdeauna pentru echilibru. De aceea nu spun că viața ta trebuie să fie o carte închisă, nu. Câteva capitole deschise, e în regulă. Și câteva capitole complet închise, un mister total. Dacă ești doar o carte deschisă, nu faci decât să stai despuiat în piață, sub ochii tuturor. Nu, asta nu se face.

Dacă toată cartea ta e deschisă, vei fi ca ziua fără noapte, ca vara fără iarnă. Unde te vei odihni, unde te vei centra, unde te vei refugia? Unde te vei duce când te vei fi săturat de lume? Unde te vei duce când te vei fi săturat de lume? Unde te vei duce să te rogi și să meditezi? Nu, jumate-jumate e perfect. Lasă-ți o jumătate de carte să fie deschisă – deschisă pentru toți, la dispoziția tuturor – iar cealaltă jumătate să fie atât de secretă încât numai musafirii de preț să fie admiși, și rar, în templul tău. Așa se cuvine să fie. Dacă mulțimea intră și iese când vrea, templul nu mai e templu. Poate fi o sală de așteptare într-un aeroport, dar nu un templu. Lasă numai rar, foarte rar pe cineva să intre în ființa ta. Asta este iubirea.

Trăim mereu cu alții. Din clipa în care copilul părăsește uterul mamei, nu e niciodată singur – e cu mama, cu familia, cu prietenii, cu oamenii. Cercul cunoștințelor, prietenilor, relațiilor se mărește tot mai mult, și în jurul lui se

adună o mulțime de oameni. Asta numim noi viață. Și cu cât avem mai mulți oameni în viața noastră, cu atât mai bogată credem că e viața noastră.

Când începi să intri în tine însuși, toate acele fețe se estompează, toată acea mulțime dispare. Trebuie să-ți iei la revedere de la toți – chiar și de la cel mai bun prieten, de la persoana iubită, de la toată lumea. Și vine un moment în care nici chiar persoana iubită nu poate să fie cu tine. Acela e momentul când intri din nou în același spațiu în care erai când erai în uterul mamei. Dar atunci nu erai obișnuit cu mulțimea, așa că nu te simțeai singur. Copilul era perfect mulțumit în uterul mamei pentru că nu avea mijloc de comparație, totul era bine și frumos. Habar n-avea ce înseamnă să te simți singur, fiindcă nu știa cum e să fi cu alții. Aceea era singura realitate pe care o cunoștea.

Dar acum ai cunoscut mulțimea, relațiile, bucuriile și suferințele relației. Întorcându-te în interior lumea începe să dispară, devine ca un ecran, și curând până și ecoul dispare și te simți total pierdut. Dar asta e doar o interpretare. Dacă mai înaintezi încă puțin, te vei descoperi dintr-o dată – te vei descoperi pentru prima dată. Vei constata cu uimire că erai pierdut în mulțime; acum nu ești pierdut. Erai pierdut în jungla relațiilor, iar acum ai ajuns acasă. După aceea poți să te reîntorci în lume, dar vei fi o cu totul altă persoană.

Vei avea relații, dar nu vei depinde de ele; vei iubi, dar iubirea ta nu va fi o nevoie. Vei iubi, dar nu vei poseda; vei iubi, dar nu vei fi gelos. Iar atunci când iubirea e lipsită de gelozie, de posesivitate, este divină. Atunci vei putea să fi cu oamenii. De fapt, numai atunci vei putea să fi cu oamenii, pentru că știi cine ești.

Fără cunoaștere de sine, orice relație e doar o iluzie. Un joc a două umbre, fără substanță. Asta observ eu mereu: relațiile dintre oameni nu au nimic substanțial. Oamenii leagă relații fiindcă se tem de singurătate. Orice relație e mai bună decât nimic; chiar și dușmănia e în regulă – cel puțin, simți că ești ocupat. Așa-zisa iubire nu e decât un fel de dușmănie, un mod politicos de luptă, de dominare, un mod civilizat de tortură reciprocă.

Așa că trebuie să intri în acest spațiu. Adună-ți curajul și intră în el. Chiar dacă pare foarte trist și singuratic, n-ai de ce să-ți faci griji; trebuie să plătim acest preț. Și o dată ce ajungi la sursa ta, toată treaba se va schimba complet, și vei ieși din ea ca individ. Asta e deosebirea pe care o fac eu între individ și persoană: persoana e un fenomen fals, individul e o realitate. Persoanele, personalitățile sunt măști, umbre; individualitatea înseamnă substanță, este realitate. Și numai indivizii pot să lege relații, pot să iubească – persoanele pot doar să joace jocuri.

Legătură, nu relație

Iubirea este o stare în care ești voios, în care în ființa ta e un dans. Ceva în adâncul tău radiază, vibrează, ceva în jurul tău pulsează. Acel ceva ajunge la oameni; ajunge la femei, ajunge la bărbați, ajunge la pietre și la copaci și la stele.

Când vorbesc despre iubire, vorbesc despre această iubire, o iubire care nu e o relație ci o stare de a fi. Să ții minte mereu: când folosesc cuvântul „iubire”, mă refer la o stare de a fi, nu la o relație. Relația este doar un aspect foarte neînsemnat al iubirii. Dar ideea ta despre iubire este esențialmente cea de relație, ca și cum asta ar fi totul.

Ai nevoie de relație numai pentru că nu poți să fi singur, nu ești încă în stare să meditezi. De aceea, meditația este o condiție obligatorie pentru a putea iubi cu adevărat. Trebuie să fi capabil să fi singur, absolut singur, și totuși extraordinar de fericit. După aceea poți să iubești. Atunci iubirea nu



Ai nevoie de relație
numai pentru că nu poți
să fii singur, nu ești încă
în stare să meditezi.

mai e o nevoie ci o împărtășire, nu mai e o necesitate. Nu vei mai depinde de oamenii pe care îi iubești, vei împărți cu ei, și e frumos să împărți.

Dar ce se întâmplă în mod obișnuit e că tu nu ai iubire în ființa ta, nici persoana pe care crezi că o iubești nu are, și amândoi cereți unul de la celălalt iubire. Doi cerșetori care cerșesc unul de la altul! De aici lupta, cearta continuă dintre îndrăgostiți – pe fleacuri, pe lucruri neimportante, pe te miri ce, dar se ceartă întruna.

Cearta de bază este că soțul crede că nu primește ce are dreptul să primească, soția crede că nu primește ce e dreptul ei să primească. Soțul crede că a fost înșelat, soția crede și ea că a fost înșelată. Unde este iubirea? Nici unul nu vrea să dea, amândoi vor să primească. Și când amândoi vor să primească, nu primește nici unul, și fiecare se simte în încurcătură, pustiu, încordat.

Fundația lipsește, iar tu ai început să ridici templul fără fundație. E de așteptat să se prăbușească în orice clipă și sigur se va prăbuși. Și tu știi de câte ori s-a prăbușit iubirea ta, și totuși continui să faci același lucru.

Trăiești foarte inconștient! Nu îți dai seama ce faci cu viața ta și cu viețile altora! Mergi înainte mecanic, ca un robot, repetând vechile șabloane, știind foarte bine că ai mai făcut asta. Și știi și care a fost mereu rezultatul, și în adâncul

omii tale știi că și acum o să se întâmple același lucru, pentru că nu există nici o diferență. Te pregătești pentru același rezultat, pentru aceeași prăbușire.

Dacă înveți ceva din eșecul iubirii, devii mai conștient, înveți să meditezi. Iar prin meditație eu înțeleg capacitatea de a fi fericit singur. Foarte puțini oameni sunt capabili de a fi fericiți fără nici un motiv – stând pur și simplu în tăcere și fiind fericiți. Alții îi cred nebuni, pentru că ideea lor despre fericire e că trebuie să vină de la cineva. Cunoști o femeie frumoasă și ești fericit, sau cunoști un bărbat frumos și ești fericită. Dar să stai singur în camera ta și să fii fericit? Trebuie să fii nebun, sau să fi pățit ceva! Oamenii te vor bănuși că ori nu ești în toate mințile, ori te-ai drogat.

Da, meditația este LSD-ul absolut! Ea îți dezvoltă puterile halucinogene. Și în ființa ta apare o mare sărbătoare, devii atât de vesel și fericit încât nu mai ai nevoie de nici o relație.

Înțelegi, ai legături cu oamenii... și asta e diferența dintre legătură și relație.

Relația e un lucru: te agăți de ea. Legătura e o curgere, un proces. Cunoști o persoană, iubești, pentru că ai atâta iubire de dăruit – și cu cât dăruiești mai multă, cu atât ai mai multă. Această ciudat aritmetică a iubirii trebuie înțeleasă: cu cât dăruiești mai multă, cu atât ai mai multă. Este o regulă exact opusă legilor economice care operează în lumea exterioară. Dacă ai înțeles asta, dacă vrei să ai mai multă iubire și mai multă bucurie, dăruiește și împarte. Și fii cunoscător persoanei care te lasă să-ți împarți bucuria cu ea. Dar asta nu e o relație; e o curgere ca de râu.

Râul trece pe lângă un copac, îl salută, hrănește copacul, îi dă apă... și își continuă drumul, dansează mai departe. Nu se agață de copac. Iar copacul nu spune: „Unde te duci? Suntem căsătoriți! Și înainte de a mă părăsi, e nevoie de un divorț, cel puțin de o separare! Unde te duci? Și dacă aveai de gând să mă părăsești, de ce ai mai dansat atât de frumos în jurul meu? De ce m-ai hrănit din capul locului?”. Nu, copacul își scutură florile asupra râului în semn de recunoștință adâncă, și râul își continuă drumul. Vine vântul și dansează în jurul copacului și pleacă mai departe. Iar copacul dăruiește vântului parfumul florilor sale.



Dacă înveți ceva din eșecul iubirii, devii mai conștient, înveți să meditezi. Iar prin meditație eu înțeleg capacitatea de a fi fericit singur.

Asta înseamnă legătură. Dacă omenirea se va maturiza vreodată, iubirea așa va fi: oamenii se vor întâlni, vor împărți și vor pleca mai departe; iubirea nu va fi posesivă, nu va fi dominatoare. Altfel, iubirea devine o luptă pentru putere.

Asumă-ți riscul de a fi autentic

Nici o relație nu se poate dezvolta cu adevărat dacă o ții continuu pe loc. Dacă te tot aperi și te tot păzești, numai masca ta întreține relația, nu tu, centrul tău rămâne singur. Când se întâmplă acest lucru, în relația respectivă există patru persoane, nu două. Două persoane false continuă să se întâlnească, iar cele două persoane reale rămân lumi separate.

Există un risc – dacă ești autentic, nimeni nu știe dacă această relație va fi capabilă să înțeleagă adevărul, autenticitatea, dacă această relație va fi destul de puternică pentru a rezista pe furtună. Există un risc, și de aceea oamenii rămân foarte precauți. Spun lucrurile care trebuie spuse, fac lucrurile care trebuie făcute; iubirea ajunge să semene mai mult sau mai puțin cu o datorie. Dar atunci realitatea rămâne flămândă, esența nu e hrănită. Așa că esența devine din ce în ce mai tristă. Minciunile personalității apasă ca o povară foarte grea esența, sufletul. Riscul este real, și nu există nici o garanție în privința asta, însă eu îți spun că merită să-ți asumi riscul.

Cel mult, relația se poate rupe – cel mult. Dar e mai bine să fii despărțiți și adevărați, decât împreună și falși, pentru că atunci relația nu o să fie niciodată satisfăcătoare. Din ea nu va rezulta nicicând beatitudine. O să rămâneți flămânzi și însetați, și vă veți târî relația mai departe, așteptând să se întâmple o minune.

Pentru ca minunea să se întâmple trebuie să faci ceva, și asta e să începi să fii autentic, cu riscul că s-ar putea ca relația să nu fie destul de puternică pentru a suporta adevărul – dar în acest caz nici nu merită să întreții această relație. Pentru ca relația să merite, trebuie să treacă acest test cu bine.

Riscă totul pentru adevăr, altfel vei rămâne nemulțumit. Vei face multe lucruri, dar nimic nu ți se va întâmpla cu adevărat. Vei umbla mult, dar nu vei ajunge nicăieri. Tot efortul va fi aproape absurd. Este ca și cum ți-ar fi foame și ai avea fantezii culinare – frumoase, delicioase. Dar fanteziile sunt fantezii, nu sunt reale. Nu poți să te sature cu mâncare ireală. Poți să te amăgești câteva clipe, poți să trăiești într-o lume de vis, dar visul nu o să-ți dea nimic. Îți va lua multe lucruri, și nu îți va da nimic în schimb.

‘Timpul pe care îl petreci folosind o personalitate falsă este pur și simplu irosit; nu se va întoarce niciodată la tine. Aceleași momente ar fi putut să fie reale, autentice. Chiar și un singur moment de autenticitate e mai bun decât o întreagă viață de trai neautentic. Așa că nu-ți fie frică. Mintea îți va spune să continui să te agăți și să-l aperi și pe celălalt, să rămâi în siguranță. Așa trăiesc milioane de oameni.

În ultimele sale zile de viață, Freud i-a scris o scrisoare unui prieten, în care spunea că din câte observase el în cursul vieții sale,

o concluzie se impunea de la sine, și anume că oamenii nu pot trăi fără să mintă. Adevărul e periculos. Minciuna e foarte dulce, dar nereală. Minunat! Li spui întruna nimicuri dulci persoanei iubite, iar ea îți șoptește la ureche tot nimicuri dulci. Și, între timp, viața vă alunecă printre degete, și vă apropiați tot mai mult de moarte.

Înainte de a nu fi prea târziu, ține minte un lucru: iubirea trebuie trăită înainte ca moartea să vină. Altfel vei trăi degeaba, și toată viața ta va fi zadarnică, pustie. Iubește până să vină moartea, dar acest lucru este cu puțință numai prin adevăr. Așa că fii adevărat. Riscă totul pentru adevăr, și nu risca niciodată adevărul pentru altceva. Fă din asta legea de bază: chiar dacă trebuie să-mi sacrific viața pentru adevăr o voi face, dar adevărul nu îl voi sacrifica pentru nimic în lume. Și vei cunoaște o fericire nemaipomenită, binecuvântări nevisate se vor revărsa asupra ta.

O dată ce ești adevărat, orice e posibil. Dacă ești fals – doar o fațadă, un paravan, o mască – nimic nu e cu puțință, fiindcă celor falși numai lucruri false li se vor întâmpla, celor adevărați numai lucruri adevărate.

Cunosc problema, problema tuturor îndrăgostiților – în adâncul ființei lor se tem. Se tot întreabă dacă această relație e destul de puternică pentru a suporta adevărul. Dar de unde să știi dinainte? Trebuie să intri în problemă și să afli. De unde să știi, stând în casă, dacă o să reziste la furtună, iar furtuna e afară? N-ai mai fost în furtună. Du-te și vezi! Până nu încerci, nu știi. Du-te și vezi – poate vei fi înfrânt, dar acea înfrângere te va face mai puternic decât ești în momentul de față.



Timpul pe care îl
petreci folosind o
personalitate falsă
este pur și simplu
irosit; nu se va întoarce
niciodată la tine.

Dacă o încercare te înfrânge, apo alta și alta, însuși faptul că treci prin furtună te va face din ce în ce mai puternic. Va veni o zi când furtuna va fi pur și simplu o încântare, când vei începe să dansezi în mijlocul furtunii. Atunci furtuna nu îți va mai fi dușman, ci încă un prilej de a fi.

Ține minte, prilejul de a fi nu e niciodată confortabil, altfel ar profita de el toată lumea. Prilejul de a fi nu e niciodată convenabil, altfel toată lumea ar fi, fără nici o problemă. Prilejul apare numai atunci când riști, când înfrunți pericolul. Iar iubirea este cel mai mare pericol. Ea te solicită total.



Dar să nu uiți niciodată
că falsitatea nu merită
– pare să merite, dar nu
merită. Numai adevărul
merită deși, la început,
pare periculos.

Așa că nu te teme, înfruntă relația. Dacă relația supraviețuiește adevărului, va fi frumoasă. Dacă moare, e tot bine, pentru că se sfârșește o relație și acum ești mai pregătit să intri în altă relație, mai adevărată, mai solidă, mai preocupată de ceea ce este esențial.

Dar să nu uiți niciodată că falsitatea nu merită – pare să merite, dar nu merită. Numai adevărul merită deși, la început, pare periculos. Pare că va spulbera totul. Privit din afară, adevărul pare foarte periculos. Dar asta este doar ce se vede din afară. Dacă intri în el, adevărul este singurul lucru frumos. Și o dată ce îi simți gustul, o să-l vrei tot mai mult pentru că îți aduce mulțumire.

Poate ai observat că e mai ușor să fii adevărat, să fii sincer cu străinii. Oamenii care călătoresc cu trenul intră în vorbă cu străinii și spun lucruri pe care nu le-au spus niciodată prietenilor lor, și asta pentru că discuția cu un străin nu implică nimic. După o jumătate de oră ajungi în gară și cobori, și uiți ce ai spus, și uită și străinul. Așa că nu contează ce ai spus. Cu un străin, nu e nimic în joc.

Oamenii care vorbesc cu străinii sunt mai sinceri și își deschid inima. Însă în discuția cu prietenii, cu rudele – mama, tata, soțul, soția, fratele, sora – există o inhibiție inconștientă. „Nu spune asta, s-ar putea să se simtă jignit. Nu fă asta, s-ar putea să nu-i placă. Nu te purta așa, tata e bătrân, s-ar putea să fie contrariat”. Așa că te controlezi mereu. Încetul cu încetul, adevărul e împins în subsolul ființei tale, și devii foarte isteț și viclean, expert în neadevăr. Zâmbești fals, spui lucruri frumoase care nu înseamnă nimic. Ai ajuns să te

plictisești de prietenul tău sau de tatăl tău, dar continui să spui: „Ce mult mă bucur că te văd!”. Iar toată ființa ta spune: „Mai lasă-m în pace!”. Dar verbal continui să te prefaci. Și ei fac același lucru, și nimeni nu își dă seama, pentru că toți suntem în aceeași barcă.

Persoana religioasă este cea care iese din această barcă și își riscă viața. „Încă sunt autentic, fie nu sunt deloc. Dar fals nu am să fiu!”.

Indiferent de miză, caută să nu fii fals. Relația s-ar putea să fie destul de puternică. S-ar putea să suporte adevărul, și atunci e foarte, foarte frumoasă. Dacă nu poți să fii sincer cu persoana pe care o iubești, atunci cu cine și unde vei fi sincer? Dacă nu poți să fii autentic cu persoana pe care crezi că o iubești – dacă până și ei îți este frică să-i dezvălui adevărul, să fii gol-goluț spiritual în fața ei, dacă până și de ea te ascunzi – unde vei găsi locul și spațiul în care să fii liber cu desăvârșire?

Iubirea înseamnă ca cel puțin în prezența unei persoane să putem fi gol-goluți. Știm că ea ne iubește, așa că nu vom fi greșit înțeleși. Știm că ea ne iubește, așa că nu are de ce să ne fie frică. Putem să dezvăluim totul. Putem să deschidem larg ușa și să invităm înăuntru persoana respectivă. Putem să participăm la existența celuilalt.

Iubirea înseamnă participare, sau cel puțin cu persoana iubită să nu fii nesincer, neautentic. Nu spun să te duci în piață și să fii sincer, pentru că acest lucru ar crea necazuri inutile. Dar începe cu persoana iubită, apoi cu familia, apoi cu oamenii care sunt departe. Încetul cu încetul vei constata că e atât de frumos să fii sincer încât ai da totul pentru asta. Pe urmă adevărul devine pur și simplu modul tău de viață. Alfabetul iubirii, adevărul, trebuie învățat cu cei care îți sunt foarte apropiați pentru că ei te vor înțelege.

Învăță limbajul tăcerii

Legăturile tale sunt toate întâmplătoare, iar când ai o legătură oficială cu cineva, trăncănești despre o mie și unu de lucruri prostești fiindcă nimic nu contează, e un mod de a face timpul să treacă.

Dar când începi să te apropii de cineva și apare intimitatea, chiar și un singur cuvânt pe care îl rostești contează. Atunci nu te mai poți juca atât de ușor cu cuvintele, pentru că atunci totul are înțeles. Așa că vor exista intervale de tăcere. La început, ești stingherit, pentru că nu ești obișnuit cu tăcerea. Te



Cu străinii sunt multe
de spus, cu prietenii nu
e nimic de spus.

gândești că trebuie să spui ceva, altfel ce o să creadă celălalt?

Atunci când devii intim cu cineva, când există un fel de iubire, apare tăcerea și nu ai nimic de spus. În realitate, nu e nimic de spus – nimic. Cu străinii sunt multe de spus, cu prietenii nu e nimic de spus. Și tăcerea devine grea, apăsătoare pentru că nu ești obișnuit cu ea.

Nu știi ce muzică e tăcerea. Cunoști doar un singur mod de a comunica, și acela e cu mintea. Nu știi să comunici cu inima, de la inimă la inimă, în tăcere. Nu știi să comunici doar fiind acolo, prin prezența ta.

Crești, și vechiul model de comunicare nu mai corespunde. Va trebui să găsești alte moduri de comunicare, nonverbale. Cu cât ești mai matur, cu atât ai mai multă nevoie de comunicarea nonverbală.

Ai nevoie de un limbaj, pentru că nu știi să comunici. Când ajungi să știi să comunici, încetul cu încetul renunți la limbaj, nu mai ai nevoie de el. Limbajul e doar o metodă de școală primară. Adevărata metodă e tăcerea. Așa că nu adopta o atitudine greșită, altfel te vei opri din creștere. Nimic nu lipsește când limbajul dispare; asta e o idee greșită. Ceva nou a luat ființă și vechiul șablon nu mai ajunge ca să-l cuprindă. Crești, și îmbrăcămintea îți rămâne scurtă. Nu e vorba că lipsește ceva; ceva se adaugă la tine în fiecare zi.

Cu cât meditezi mai mult, cu atât vei iubi mai mult și, în cele din urmă, va veni o clipă când numai tăcerea te va ajuta. Așa că data viitoare când vei fi cu cineva și nu veți comunica prin vorbe, în loc să fii stingher fii fericit. Rămâi tăcut și lasă tăcerea să comunice.

Ai nevoie de limbaj pentru a stabili o legătură cu oamenii cu care nu ai o relație de iubire. Ca să comunici cu oamenii cu care ai o relație de iubire nu îți trebuie un limbaj. Trebuie să redevii inocent ca un copil, și tăcut. Vor exista și gesturi, uneori vă veți zâmbi și vă veți ține de mână, sau veți tăcea, privindu-vă în ochi, nefăcând nimic. Prezențele se vor întâlni și se vor contopi, și se va întâmpla ceva ce numai voi veți ști, căci acel ceva nu se întâmplă la suprafață, ci undeva în adâncul ființei.

Bucur-te de tăcere; simte-i gustul și savoarea. Curând vei vedea că tăcerea comunică singură, într-un mod mult mai profund, și că acea comunicare e sacră, pură.

Patru capcane

Oamenii se tem de marea muzică, oamenii se tem de marea poezie, oamenii se tem de intimitatea profundă. Relațiile de iubire ale oamenilor sunt doar relații de suprafață. Doi oameni care se iubesc (sau așa cred ei) nu pătrund adânc unul în celălalt, pentru că fiecareia îi este teamă că s-ar putea să nu se reflecte în lacul ființei celuilalt. Ce se va întâmpla dacă nu se va vedea în acel lac, în acea oglindă a ființei celuilalt, dacă oglinda nu va reflecta nimic, va rămâne pustie?

Obiceiul de a reacționa

Reația e din trecut, răspunsul e din prezent. Reacționezi din vechile șabloane trecute. Cineva te insultă și, dintr-o dată, vechiul mecanism reintră în funcțiune. Ai fost insultat în trecut și te-ai purtat într-un anumit fel; acum te porți tot ca în trecut, în același fel. Nu răspunzi la această insultă și la această persoană, ci nu faci decât să repeți un vechi obicei. Nu te uiți la această persoană și la această insultă nouă, ci acționezi exact ca un robot. Ai în tine un anumit mecanism, apeși pe buton și spui „Omul ăsta m-a insultat”, și reacționezi. Reacția nu e față de situația reală, e ceva proiectat din trecut. În acest om vezi trecutul.

Se zice că Buddha stătea sub un copac și vorbea cu discipolii săi. A venit un om și l-a scuipat în față. Buddha s-a șters și l-a întrebat pe om: „Ei bine, ce mai urmează? Ce vrei să-mi spui?”. Omul s-a cam fâstâcit pentru că nu se așteptase la așa ceva – nu se gândise că e posibil să scuipi pe cineva în față și el să te întrebe „Ei bine, ce mai urmează?”. Nu mai avusese în trecut o astfel de experiență. Mai insultase oameni în viața lui, și ei se înfuriaseră și reacționaseră. Sau, dacă erau lași și molâi, zâmbiseră împăciuitori. Dar Buddha nu era nici una, nici alta – nu era nici furios, nu era nici laș. Spusese sec „Ce mai urmează?”. Nu existase nici o reacție din partea lui.

Discipolii lui Buddha s-au mâniat și au reacționat. Cel mai apropiat discipol al său, Ananda, a spus: „Asta e prea de tot, nu putem să tolerăm.

Rămâi cu învățătura ta, iar noi îi vom arăta acestui om că nu poate să facă ce a făcut. Trebuie pedepsit pentru asta, altfel toată lumea va începe să facă astfel de lucruri”.

Buddha a spus: „Tăceți din gură. El nu m-a jignit, *voi* mă jigniți. El e nou, un străin. Poate a auzit ceva despre mine de la cineva, și și-a făcut o idee despre mine. Nu m-a scuipat pe mine, a scuipat ideea lui despre mine – nu mă cunoaște deloc, cum să mă scuipe pe mine? Trebuie să fi auzit de la oameni ceva despre mine, că «omul acesta e ateu, e un om periculos care îi abate pe oameni de la drumul lor, un revoluționar, un corupător». Și-a făcut o idee despre mine, și și-a scuipat propria idee. Dacă vă gândiți mai bine, și-a scuipat propria minte. Eu nu fac parte din ea, și îmi dau seama că acest biet om trebuie să mai fi avut de spus ceva, pentru că scuipatul este un mod de a spune ceva. Există momente când simți că limbajul e neputincios – momente de iubire profundă, de mânie intensă, de ură, de rugăciune. Există momente intense când limbajul e neputincios și atunci trebuie să faci ceva. Când ești foarte îndrăgostit și săruți sau îmbrățișezi persoana iubită, ce faci? Spui ceva. Când ești furios, foarte furios și lovești persoana care te-a înfuriat, o scuipi, spui ceva. Eu îl înțeleg. Trebuie să mai fi avut ceva de spus, de aceea am întrebat «Ce urmează?»”.

Omul, care asista la această discuție, era tare nedumerit. Iar Buddha le-a spus discipolilor săi: „Voi mă jigniți, pentru că mă cunoașteți, sunteți de ani de zile alături de mine, și totuși reacționați”. Nedumerit, derutat, omul s-a dus acasă. Nu a putut să doarmă toată noaptea. Experiența trăită îl obseda. Nu putea să-și explice ce se întâmplase. Tremura tot și transpira. Nu mai întâlnise în viața lui un astfel de om; îi spulbera toată mintea și tot trecutul.

În dimineața următoare s-a întors la locul respectiv. S-a aruncat la picioarele lui Buddha. Buddha l-a întrebat iarăși: „Ce urmează? Și acesta e un mod de a spune ceva ce nu poate fi spus în cuvinte. Când vii și îmi atingi picioarele îmi spui ceva ce nu poate fi spus în mod obișnuit, căci cuvintele sunt prea sărace”. S-a întors spre Ananda, și i-a spus: „Uite, omul acesta este iar aici, îmi spune ceva. Acest om are emoții profunde”.

Omul s-a uitat la Buddha și a spus: „Iartă-mă pentru ce am făcut ieri”.

Buddha a spus: „Să te iert? Dar eu nu sunt același om, omul pe care l-ai scuipat. Gangele curge mai departe, nu e niciodată același Gange. Fiecare om e un râu. Omul pe care l-ai scuipat nu mai este aici – semăn cu el, dar nu sunt același. În aceste douăzeci și patru de ore s-au întâmplat multe! Râul a curs mult. Așa că nu pot să te iert, pentru că nu îți port pică, nu am de ce... Și tu

ești altul. Nu ești același om care a venit ieri, pentru că omul acela era mânios. El a scuipat, iar tu te înclini la picioarele mele, îmi atingi picioarele – cum să fii același om? Nu ești același, așa că să uităm de asta. Cei doi oameni – omul care a scuipat și omul care a fost scuipat – nu mai sunt. Vino mai aproape. Să vorbim despre altceva”.

Acesta este răspuns.

Reacția e din trecut. Dacă reacționezi din vechile obiceiuri, din minte, înseamnă că nu răspunzi. Ca să răspunzi trebuie să fii total viu în această clipă, aici și acum. Răspunsul e un fenomen frumos, înseamnă viață. Reacția e moartă, urâtă, putrezită, e un cadavru. Nouăzeci și nouă la sută din timp reacționezi și zici că răspunzi. Rareori ți se întâmplă în viață să răspunzi, dar atunci când se întâmplă se deschide ușa necunoscutului.

Întoarce-te acasă și uită-te la soția ta cu răspuns, nu cu reacție. Am văzut oameni care poate trăiesc de treizeci de ani, patruzeci de ani cu o femeie și nu se mai uită la ea. Ei știu că e „bătrână”, femeia bătrână pe care cred că o cunosc. Dar râul a curs tot timpul. Această femeie nu e aceeași cu care s-au căsătorit ei. Acea e un fenomen trecut, acea femeie nu mai există acum; femeia aceasta e o cu totul altă femeie.

În fiecare clipă te naști din nou. În fiecare clipă mori și te naști. Dar te-ai uitat în ultimul timp la soția ta, la mama ta, la tatăl tău, la prietenul tău? Nu te-ai mai uitat pentru că te gândești că îi cunoști foarte bine, îi știi de mult, așa că nu are rost să te mai uiți la ei. Întoarce-te și uită-te la soția ta cu alți ochi, ca la un străin, și vei constata cu surprindere că această femeie „veche” s-a schimbat foarte mult.

În fiecare zi au loc schimbări extraordinare. E un flux, totul curge, nimic nu e înghețat. Dar mintea e un lucru mort, e un fenomen înghețat. Dacă acționezi dintr-o minte înghețată, duci o viață moartă. Nu trăiești cu adevărat, ești deja în mormânt.

Renunță la reacții, și răspunde din ce în ce mai mult. A răspunde înseamnă a fi responsabil. A răspunde înseamnă a fi sensibil. Dar sensibil la aici și acum.



În fiecare clipă te
naști din nou. În
fiecare clipă mori și
te naști. Renunță la
reacții, și răspunde
din ce în ce mai mult. A
răspunde înseamnă a fi
responsabil.

Cramponarea de siguranță

Nici o relație nu poate fi sigură. Natura relațiilor nu e să fie sigure, și dacă o relație este sigură, își pierde tot farmecul. Așa că asta e o problemă pentru minte. Ca să te bucuri de o relație, aceasta trebuie să fie nesigură. Dacă este absolut sigură, nu îți place, nu are farmec, nu e atrăgătoare. Mintea nu e mulțumită oricum ai da-o, așa că e veșnic în conflict și haos. Ea vrea o relație vie și sigură, dar acest lucru e imposibil, pentru că o persoană vie, sau o relație vie, sau orice e viu este imprevizibil. Nu se poate prezice ce o să se întâmple în clipa următoare. Și fiindcă momentul următor este imprevizibil, momentul acesta devine intens.

Trebuie să trăiești cât mai total acest moment, pentru că s-ar putea ca momentul următor să nu vină niciodată. S-ar putea să nu mai exiști, sau s-ar putea ca celălalt să nu mai existe. Sau s-ar putea să existați amândoi, dar să nu mai existe relația. Toate posibilitățile rămân deschise. Viitorul rămâne întotdeauna deschis, trecutul e întotdeauna închis. Și între cele două există prezentul, un singur moment de prezent, veșnic tremurător. Dar așa e viața. Tremuratul face parte din starea de a fi, la fel ca ezitarea și deruta și nesiguranța.

Trecutul este închis. Totul s-a întâmplat și acum nu se mai poate schimba nimic, așa că totul e absolut închis. Viitorul e absolut deschis, nimic nu se poate prezice. Iar între cele două este prezentul, cu un picior în trecut, și celălalt în viitor. Așa că mintea rămâne veșnic într-o stare divizată. E veșnic scindată, e veșnic schizofrenică.

Trebuie să înțelegi că asta e situația și nu se poate face nimic în privința asta. Dacă vrei să ai o relație foarte sigură, va trebui să iubești o persoană moartă, însă atunci nu îți va plăcea. Asta se întâmplă cu îndrăgostiții când se căsătoresc – soțul e un iubit mort, soția e o iubită moartă. Trecutul a devenit totul, și acum trecutul hotărăște viitorul. De fapt, nici soțul, nici soția nu au viitor, trecutul va continua să se repete, toate ușile sunt închise. Amândoi sunt ca într-o închisoare.

Cauți întruna siguranță, dar când o găsești te saturezi de ea. Uită-te la fețele celor căsătoriți. Ei au găsit siguranța – mult căutata siguranță – și acum totul se limitează la contul din bancă și la cheltuielile menite să perpetueze siguranța. Dar acum tot farmecul, toată poezia s-au dus; romantismul nu mai e. Acum sunt oameni morți – nu fac decât să repete trecutul, trăiesc din amintiri.

Ascultă ce vorbesc oamenii căsătoriți. Soția spune mereu că soțul nu o mai iubește ca înainte, și vorbesc întruna despre trecut, despre luna de miere și alte

lucruri. Ce prostie! Sunt încă vii. Acest moment poate fi o lună de miere. Acest moment poate fi trăit, dar ei vorbesc despre trecut și caută să-l repete.

Siguranța nu satisface niciodată, iar nesiguranța naște teama că relația s-ar putea sfârși. Dar asta face parte din a fi viu. Totul se poate sfârși, nimic nu e sigur, și de aceea totul e atât de frumos. Și de aceea nu trebuie să amâni nici o clipă – dacă vrei să iubești o persoană, iubește-o aici și acum. Iubește-o pentru că nimeni nu știe ce o să se întâmple în clipa următoare. S-ar putea ca în clipa următoare să nu mai ai posibilitatea de a iubi, și atunci te vei căi toată viața că nu ai iubit, că nu ai trăit. Vei avea remușcări, păreri de rău, te vei simți foarte vinovat.

Viața este nesigură. Nimeni nu o poate face sigură. Nu există cale de a o face sigură. Și e bine că nimeni nu o poate face sigură, căci altfel ar fi moartă. Viața este fragilă, delicată, intră mereu în necunoscut; asta e frumusețea ei. Trebuie să fii curajos, să ai

spirit de aventură. Trebuie să fii un jucător pentru a fi în pas cu viața. Așa că fii jucător. Trăiește clipa aceasta, și trăiește-o total. Vei vedea ce va fi în momentul următor. Vei fi acolo să-l abordezi – așa cum ai abordat trecutul, vei aborda și viitorul – și îl vei aborda mai bine pentru că vei avea mai multă experiență.

Așa că nu te gândești dacă celălalt va mai fi în momentul următor – dacă este acum cu tine, iubește-l. Nu irosi această clipă gândindu-te la viitor și făcându-ți griji, pentru că asta seamănă cu o sinucidere. Nu acorda viitorului nici măcar un gând, pentru că nu e nimic de făcut în privința lui, așa că e pură pierdere de energie. Iubește această persoană și fii iubit de ea.

Părerea mea e că dacă trăiești total acest moment, există toate posibilitățile ca în momentul următor persoana respectivă să fie tot cu tine, și asta pentru că momentul următor va rezulta din acesta. Dacă în acest moment o iubești și e fericită și relația este o experiență frumoasă, de ce te-ar părăsi?

De fapt, dacă îți tot faci griji, o forțezi să te părăsească. Și dacă irosești această clipă, clipa următoare va rezulta din această irosire; va fi lamentabilă. Și profețiile tale se vor îndeplini. În clipa următoare vei zice: „Da, am știut de la început că relația asta nu o să dureze. Acum e un lucru dovedit”. Într-un fel te vei simți foarte bine, te vei simți foarte deștept că ai prevăzut corect. În



Siguranța nu
satisface niciodată,
iar nesiguranța naște
teamă că relația s-ar
putea sfârși.



Iubirea aduce împlinire,
oamenii sunt doar
pretexte.

realitate, ai fost prost. Ai forțat acest eveniment să se întâmple pentru că ai irosit timpul care ți-a fost oferit, ai irosit prilejul să iubești. Prin urmare, iubește acum și uită de viitor. Nu mai face prostia de a te gândi la el. Dacă poți să iubești această persoană, iubește-o. Dacă nu poți, uită de asta, găsește alta, dar nu irosi timpul.

Problema nu e să iubești această persoană sau alta, problema e să iubești. Iubirea aduce împlinire, oamenii sunt doar pretexte. Dar totul depinde de tine, pentru că ce faci cu o persoană vei face și cu alta.

Dacă faci fericită o persoană, de ce te-ar părăsi? Dar dacă o faci nefericită, de ce nu te-ar părăsi? Dacă o faci nefericită, o ajuți să te părăsească! Dar dacă o faci fericită, nimeni nu o va convinge să te părăsească, fiindcă nu are rost; se va lupta cu toată lumea pentru tine.

Așa că fii mai fericit. Folosește timpul pe care îl ai – nu ai de ce să te gândești la viitor, ajunge prezentul. Trăiește clipa. Nu o irosi făcându-ți griji cu privire la viitor – trăiește-o din plin. Lucrurile mărunte sunt foarte frumoase, iar viața e alcătuită din lucruri mărunte.

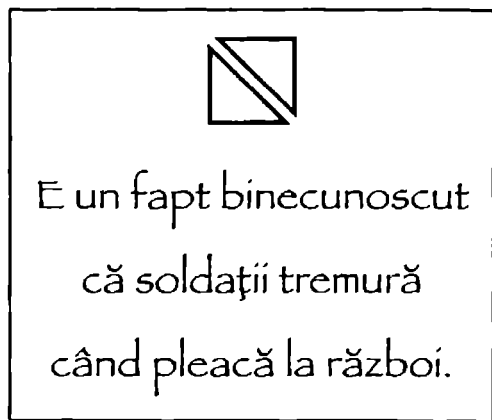
Fiecare om creează o anumit siguranță psihică, fără să își dea seama că această siguranță e închisoarea lui. Oamenii sunt înconjurați de tot felul de situații nesigure, și de aici dorința firească de a se proteja. Această dorință de protecție devine tot mai mare pe măsură ce devii mai conștient de pericolele prin care treci. Cu cât te protejezi mai mult, cu atât celula închisorii tale se micșorează; ajungi să fii atât de bine protejat încât viața în sine devine imposibilă.

Viața este posibilă numai în nesiguranță. Trebuie să înțelegi un lucru fundamental, și anume că viața în esența ei înseamnă nesiguranță. În timp ce te protejezi, îți distrugi viața. Protecția înseamnă moarte, pentru că numai cei care sunt morți în mormânt sunt total protejați. Nimeni nu le poate face rău, nimic nu poate să meargă prost pentru ei. Pe ei nu îi mai așteaptă altă moarte, tot ce trebuia să se întâmple s-a întâmplat. Nu o să li se mai întâmple nimic.

Vrei siguranța unui cimitir? Fără să știe, asta face toată lumea. Ce cauți prin bani, prin putere, prin prestigiu, prin conformism social, prin apartenența la o turmă – religioasă, politică – la o familie, la o națiune? O teamă necunoscută

te înconjoară și începi să ridici cât mai multe bariere între tine și teamă. Dar aceleași bariere te vor împiedica să trăiești. O dată ce înțelegi asta, vei ști și ce înseamnă *sannyas*; înseamnă să accepți că viața este nesigură, să renunți la apărare, și să lași viața să pun stăpânire pe tine. Este un pas periculos, dar cei care sunt capabili să-l facă sunt răsplătiți imens, pentru că numai ei trăiesc. Ceilalți doar supraviețuiesc.

Între a trăi și a supraviețui e o diferență. Supraviețuirea înseamnă doar să te târăști din leagăn până la mormânt, între-bându-te când o să vină mormântul. De ce ți-e frică, în spațiul dintre leagăn și mormânt? Moartea e sigură, și nu ai nimic de pierdut. Nu ai venit pe lume cu nimic. Temerile tale sunt doar proiecții. Nu ai nimic de pierdut, și ți-e dat ca într-o zi să dispari. Dacă moartea ar fi nesigură, ideea de a crea siguranță ar avea ceva substanță. Dacă ai putea să eviți moartea, firește că ai fi perfect îndreptățit să ridici bariera între tine și moarte. Dar nu poți să o eviți. Moartea există și e implacabilă – o dată ce accepți acest adevăr, scapi de tot de frică. Dacă tot nu se poate face nimic cu privire la ea, de ce să-ți mai bați capul?



E un fapt binecunoscut că soldații tremură când pleacă la război. În adâncul ființei lor știu că nu se vor întoarce toți. Nu se știe cine o să se întoarcă și cine nu – oricare dintre ei s-ar putea să nu se mai întoarcă acasă. Dar psihologii au observat un fenomen ciudat: când ajung pe front, le dispare toată teama. O dată ce moartea e acceptată, o dată ce știu că pot să moară în orice clipă, nu se mai gândesc la moarte. Am cunoscut mulți militari, am avut mulți prieteni în armată, și am fost surprins să constat că erau cei mai veseli oameni, cei mai relaxați. În orice zi putea să vină ordinul de plecare pe front, dar ei jucau cărți, jucau golf, beau, dansau. Se bucurau din plin de viață.

L-am întrebat pe un general care venea pe la mine: „Te pregătești aproape zilnic să te duci la moarte. Cum reușești totuși să fi vesel?”. El a răspuns: „Ce altceva să fac? Moartea e sigură”.

O dată ce inevitabilitatea, certitudinea e acceptată, de ce să nu dansezi în loc să plângi și să te vaiți și să te târăști spre mormânt? De ce să nu profiți de timpul pe care îl ai între leagăn și mormânt? De ce să nu trăiești fiecare clipă atât de total încât, dacă momentul următor nu mai vine, să nu ai niciun regret? Poți să mori vesel, pentru că ai trăit vesel.



În viață, nimic nu poate
fi capturat și întemnițat.

Trebuie să trăiești
deschis, să lași să se
întâmpile tot felul de
experiențe, și să fii
recunoscător atâta
timp cât durează.

Însă foarte puțini oameni au înțeles mecanismul lăuntric al psihologiei lor. Cei mai mulți, în loc să trăiască, proiectează. Aceeași energie care ar fi putut deveni un cântec și un dans e folosită pentru a crea mai multă putere, mai multă ambiție, mai mulți bani, mai multă siguranță. Aceeași energie care ar fi putut să fie o floare extraordinar de frumoasă devine doar o întemnițare în căsnicie.

Căsnicia e sigură – după lege, după convențiile sociale, după ideea ta de respectabilitate și ce vor spune oamenii. Fiecare se teme de fiecare, așa că toată lumea se prefăce. Iubirea dispare – nu mai e în mâinile tale. Vine ca o adiere, și pleacă tot ca o adiere. Cei

care sunt atenți dansează o dată cu adierea, se bucură de răcoarea și parfumul ei. Și când adierea pleacă, nu le pare rău și nu sunt triști. A fost un dar de la necunoscut, și s-ar putea să mai vină – așa că așteaptă, iar adierea revine iar și iar. Încetul cu încetul, ei învață să aibă răbdare și să aștepte. Însă cei mai mulți oameni fac exact pe dos. De teamă că adierea ar putea pleca, închid toate ușile, toate ferestrele, astupă toate crăpăturile prin care ar putea scăpa. Acest aranjament menit să aducă siguranță se numește căsnicie. Însă acum, cu toate ușile și ferestrele închise și toate crăpăturile astupate, în loc de adierea grozavă, răcoroasă și parfumată, au doar aer stătut! Toți îl simt, însă e nevoie de curaj pentru a recunoaște că au distrus frumusețea adierii făcând-o captivă.

În viață, nimic nu poate fi capturat și întemnițat. Trebuie să trăiești deschis, să lași să se întâmpile tot felul de experiențe, și să fii recunoscător atâta timp cât durează. Să fii recunoscător, și să nu-ți fie frică de ziua de mâine. Dacă ziua de azi îți aduce o dimineață frumoasă, un răsărit de soare frumos, ciripit de păsărele, flori minunate, de ce să-ți faci griji pentru ziua de mâine? Mâine va fi alt azi. Poate că răsăritul va avea alte culori. Poate că păsărelele își vor schimba puțin trilurile, poate vor fi nori de ploaie și dansul ploii. Dar asta are frumusețea ei. E bine că lucrurile sunt în continuă schimbare, că nici o seară nu e la fel, că nici o zi nu e repetarea alteia. Fiecare zi îți aduce ceva nou – asta e emoția, extazul vieții, altfel te-ai plictisi de moarte. Iar cei care și-au făcut

viața absolut sigură sunt plictisiți. Sunt plictisiți de soțiile lor, sunt plictisiți de copiii lor, sunt plictisiți de prietenii lor. Plictiseala este experiența a milioane de oameni, deși zâmbesc pentru a o ascunde.

Friedrich Nietzsche spunea: „Să nu credeți că sunt un om fericit. Zâmbesc ca să-mi opresc lacrimile să curgă. Dacă n-aș zâmbi, aș plânge”. Această atitudine este complet greșită, însă oamenii așa au fost învățați – să-și ascundă lacrimile, să rămână mereu la distanță, să-i țină pe alții măcar la o lungime de braț. Să nu-i lase pe alții să se apropie prea mult, pentru că atunci ar putea să cunoască suferința interioară, plictiseala, chinul, boala.

Întreaga omenire este bolnavă din simplul motiv că n-am lăsat nesiguranța vieții să fie religia noastră. Zeii noștri sunt siguranța noastră, virtuțile noastre sunt siguranța noastră, cunoștințele noastre sunt siguranța noastră, relațiile noastre sunt siguranța noastră. Ne irosim toată viața acumulând garanții de siguranță. Virtuțile noastre, abinențele noastre nu sunt decât un efort de a fi în siguranță chiar și după moarte. Ne deschidem un cont în bancă pe lumea cealaltă.

Dar, între timp, o viață nemaipomenit de frumoasă ne scapă printre degete. Copacii sunt atât de frumoși pentru că nu cunosc frica de nesiguranță. Florile pot să danseze la soare și în ploaie pentru că nu le interesează ce o să se întâmple seara. Le vor cădea petalele, și așa cum au apărut dintr-o sursă necunoscută, vor dispărea în aceeași sursă necunoscută. La fel și omul. Dar între momentul apariției și cel al dispariției, omul are prilejul fie să danseze, fie să dispere. Omul autentic renunță la ideea siguranței și trăiește în totală nesiguranță, pentru că asta este natura vieții. Nu poți s-o schimbi. Ceea ce nu poți să schimbi, acceptă, și acceptă cu bucurie. Nu te da inutil cu capul de pereți, ieși pur și simplu pe ușă.

Boxul cu umbra

Chuang Tzu are o frumoasă parabolă.

A fost odată un om care era atât de deranjat de umbra sa și atât de nemulțumit de proprii săi pași încât s-a hotărât să scape de ambele neplăceri.

Metoda pe care a găsit-o a fost să fugă de ele, așa că a rupt-o la fugă. Însă de fiecare dată când punea piciorul jos venea alt pas, iar umbra se ținea după el fără nici cea mai mică dificultate. Omul a pus eșecul său pe seama faptului că nu fugea destul de repede. Așa că a început să fugă din ce în ce mai repede, fără să se oprească, până când în cele din urmă a căzut mort.

Nu și-a dat seama că dacă ar fi pășit în umbră, umbra sa ar fi dispărut, și dacă s-ar fi așezat și ar fi stat liniștit, pașii n-ar mai fi fost.

Omul produce dezordine în el pentru că se respinge, se condamnă, nu se acceptă. Dezordinea duce la haos lăuntric și apare nefericirea. De ce nu te accepți așa cum ești? Ce s-a întâmplat? Întreaga existență te acceptă așa cum ești, dar tu nu.

Ai un ideal de atins. Acel ideal e întotdeauna în viitor – trebuie să fie, nici un ideal nu poate fi prezent. Iar viitorul nu e nicăieri; nu s-a născut încă. Dar din cauza idealului trăiești în viitor, care nu e decât un vis. Din cauza idealului nu poți să trăiești aici și acum. Din cauza idealului te condamni.

Toate ideologiile, toate idealurile creează o imagine în minte. Iar când te compari cu acea imagine, simți mereu că îți lipsește ceva, că nu ești ca în imagine, și așa ajungi să te condamni. Nu îți lipsește nimic. Ești perfect, în ceea ce privește posibilitatea de perfecționare.

Încearcă să înțelegi asta, pentru că numai atunci vei putea să înțelegi parabola lui Chuang Tzu. Este una dintre cele mai frumoase parabole care s-au spus vreodată, și pătrunde adânc în chiar mecanismul minții umane. De ce porți idealuri în minte? De ce nu îți ajunge să fii așa cum ești? De ce, chiar în clipa de față, nu ești ca un zeu? Cine te împiedică? Cine îți blochează drumul? De ce nu poți să te bucuri de clipa de față și să fii fericit? Unde e blocajul?

Blocajul vine din ideal. Cum să te bucuri când ești atât de plin de mânie? Cum să fii fericit când ești atât de plin de sexualitate? Cum să fii ca un zeu care celebrează momentul de față când ești atât de plin de lăcomie, pasiune? Pentru a te bucura, pentru a fi fericit și pentru a fi ca un zeu, trebuie mai întâi să dispară mânia, sexualitatea, lăcomia și pasiunea, așa zici tu.

Din cauza idealului, te condamni. Te compari cu idealul, și nu vei fi perfect niciodată, e imposibil. Dacă spui „Dacă”, nu ai să fii niciodată fericit, pentru că „dacă” e cea mai mare piedică.

Dacă spui „Dacă aceste condiții vor fi îndeplinite, voi fi fericit”, aceste condiții nu vor fi niciodată îndeplinite. Și, în al doilea rând, chiar dacă aceste condiții vor fi îndeplinite, la acea vreme îți vei fi pierdut însăși capacitatea de a te bucura și a sărbători. Și, mai mult, când aceste condiții vor fi îndeplinite – dacă vor fi, fiindcă ele nu pot fi îndeplinite – mintea va crea alte idealuri.

În felul acesta ratezi viața de foarte multe vieți. Creezi un ideal și pe urmă vrei să fii acel ideal, dar fiindcă nu ești, te simți condamnat și inferior. Din cauza

minții tale visătoare realitatea ta e condamnată; visurile te perturbază.

Eu îți spun exact invers. Fii ca un zeu chiar în clipa asta. Lasă mânia să existe, lasă sexul să existe, lasă lăcomia să existe – celebrează viața. Și, încetul cu încetul, vei simți mai multă sărbătoare, mai puțină mânie; mai multă fericire, mai puțină lăcomie; mai multă bucurie, mai puțin sex. Atunci vei fi pe drumul cel bun. Nu altfel. Când poți să sărbătorești viața în totalitatea ei, tot ce e rău dispare, dar dacă încerci mai întâi să faci aranjamente ca răul să dispară, nu dispare niciodată.

Este exact ca și cum te-ai lupta cu întunericul. Casa ta e plină de întuneric și tu spui: „Cum să aprind o lumânare? Înainte să aprind o lumânare, trebuie ca acest întuneric să se risipească”. Asta faci tu. Spui că mai întâi trebuie să dispară lăcomia, pe urmă va veni

extazul. Ești prost! Spui că mai întâi trebuie să dispară întunericul, și pe urmă poți să aprinzi o lumânare, de parcă întunericul te-ar împiedica. Întunericul este o nonentitate. Nu e nimic, n-are substanță. E o absență, nu o prezență. E doar absența luminii – aprinde lumânarea și întunericul dispare.

Sărbătorește, fii o flacăra fericită, și tot ce e rău dispare. Mânia, lăcomia, sexul nu au substanță, sunt doar absența unei vieți fericite, extatice.

Din cauză că nu poți să te bucuri, ești mânios. Nu altcineva îți stârnește mânia; din cauză că nu poți să te bucuri ești tare nefericit, și de asta ești mânios. Ceilalți sunt doar pretexte. Din cauză că nu poți să sărbătorești, nu poți nici să iubești; de aici sexul. Așa se instalează umbrele. Și atunci mintea spune: „Mai întâi distruge-le pe astea, și pe urmă va coborî Dumnezeu”. Este una dintre cele mai mari absurdități ale omenirii, cea mai veche.

Îți este greu să crezi că în chiar clipa asta ești un zeu, dar te întreb, ce îți lipsește? Ești viu, respiri, ești conștient, ce altceva îți mai trebuie? Fii un zeu chiar în clipa asta. Chiar dacă simți că e doar un „ca și cum” – nu-ți bate capul, vezi-ți de treabă. Chiar dacă te gândești „Presupun doar că sunt ca un zeu” – nu-ți face griji. Începe cu „ca și cum” și curând va urma realitatea, pentru că în realitate *ești*. Și o dată ce începi să exiști ca zeu, nefericirea, confuzia, întunericul dispar. Fii lumină, și pentru asta nu trebuie îndeplinită nici o condiție.

Acum voi intra în această frumoasă parabolă.



Fii ca un zeu chiar în
clipa asta. Lasă mânia
să existe, lasă sexul să
existe, lasă lăcomia să
existe – celebrează viața.

A fost odată un om care era atât de deranjat de umbra sa și atât de nemulțumit de proprii săi pași încât s-a hotărât să scape de ambele neplăceri.

Ia aminte, tu ești acest om – acest om există în fiecare. Așa te porți și tu, aceasta e și logica ta – fuga de umbră. Acest om era foarte deranjat la vederea propriei umbre. De ce? Ce are umbra? De ce să te deranjeze o umbră? Poate fiindcă ai auzit că visătorii au spus că zeii nu au umbră. Când merg, nu apare nici o umbră. Acest om era deranjat de umbra sa din cauza acestor zei.

Se spune că în cer soarele răsare și zeii merg fără să aibă umbre, sunt transparenți. Dar eu îți spun următorul lucru: e doar un vis! Nicăieri nu poate exista ceva, nu are cum să existe, fără umbră. Dacă există, atunci are



Umbra nu e
substanțială, tu ești
substanțial. Umbra
apare pentru că ești
substanțial. Dacă ai fi
ca o stafie, n-ar exista
nici o umbră.

și umbră. A fi înseamnă a avea umbră. Dacă există, atunci are și umbră. A fi înseamnă a avea umbră. Mânia, sexul, lăcomia – toate sunt umbre. Există într-un sens, și totuși nu există, asta este înțelesul umbrei. Umbra e lipsită de substanță. Este doar o absență. Stai în picioare, razele soarelui cad pe tine, și o parte din ele nu pot să treacă, din cauza ta. Atunci se creează umbra. E doar o absență. Tu obstrucționezi soarele, de asta se formează umbra.

Umbra nu e substanțială, tu ești substanțial. Umbra apare pentru că ești substanțial. Dacă ai fi ca o stafie, n-ar exista

nici o umbră. Iar îngerii din cer nu sunt decât stafii inventate de tine și de ideologi, de oamenii care creează idealuri. Acest om era deranjat de umbra sa fiindcă auzise că devii zeu numai dacă umbra dispare.

A fost odată un om care era atât de deranjat de umbra sa și atât de nemulțumit de proprii săi pași încât s-a hotărât să scape de ambele neplăceri.

Ce te deranjează? De ce te nemulțumește zgomotul pașilor tăi? Ești substanțial, trebuie să faci puțin zgomot când mergi, n-ai cum altfel. Însă omul auzise povestea că zeii nu au umbră, și nu se aude nimic când merg – pașii lor nu scot nici cel mai mic sunet. Acești zei nu sunt decât niște personaje de vis; ei există numai în minte. Acest cer al zeilor nu există nicăieri! Ori de câte ori există ceva, în jurul lui se creează un sunet – pași, umbre. Așa stau lucrurile și nu poți să faci nimic în privința asta. Dacă încerci să faci ceva vei da greș. Dacă încerci

să faci ceva în privința asta îți vei irosi toată viața și, la final, vei constata că nu ai ajuns nicăieri. Umbra rămâne, pașii fac zgomot, iar moartea bate la ușă.

Înainte ca moartea să-ți bată la ușă, acceptă-te, și atunci se întâmplă o minune. Acea minune este că, atunci când te accepți, nu fugi de tine. Și necazul e că fiecare om fuge de el însuși, și astfel își irosește viața. Nu încerca să scapi de tine, nu poți să fii altcineva. Ai un destin precis și o individualitate stabilită.

La fel cum degetul tău mare lasă o amprentă unică și individuală – tipul acela de amprentă nu a mai existat și nu va mai exista, îți aparține numai ție, nu va mai fi alta la fel – tot așa e și cu ființa ta. Ființa ta e unică și individuală, incompatibilă, nu a mai existat și nu va mai exista, e numai a ta. Sărbătorește acest lucru! Fiecărui om i s-a întâmplat ceva unic, Dumnezeu i-a făcut fiecăruia un dar unic, iar tu îl condamni. Vrei să fii mai bun! Dacă încerci să fii mai înțelept decât existența, dacă încerci să fii mai înțelept decât *tao* vei da greș.

Nu uita că partea nu poate să fie niciodată mai înțeleaptă decât întregul, și ce face întregul este lucrul final, nu poți să-l schimbi. Dacă te străduiești să schimbi această stare de lucruri nu faci decât să-ți irosești viața, pentru că nu realizezi nimic, strădania ta e zadarnică.

Întregul e vast, tu ești doar o celulă. Oceanul e vast, tu ești doar o picătură din el. Oceanul e sărat, iar tu încerci să fii dulce – e cu neputință. Însă cui vrea să facă imposibilul, ceea ce nu poate fi făcut. De ce ții morțiș să faci ce e greu, imposibil? De ce nu faci ce este ușor, adică să accepți? De ce nu accepți umbra? În clipa în care o accepți, uiți de ea; dispare, cel puțin din minte, chiar dacă rămâne atașată de corp.

Dar care e problema? De ce creează umbra o problemă? De ce faci o problemă din ea? Așa cum ești acum, faci o problemă din orice. Omul din parabolă era deranjat de propria sa umbră. Ar fi vrut să fie un zeu, ar fi vrut să nu aibă umbră.

Dar tu ești deja ca un zeu, și nu poți să fii ceva ce nu ești deja. Cum poți să fii? Poți să fii numai ceea ce ești. Ai putea să umbli și să bați la ușile altor oameni. Aceasta n-ar fi decât un joc de-a v-ați ascunselea cu tine însuși. Depinde de tine.



Ființa ta e unică
și individuală,
incompatibilă, nu a
mai existat și nu va mai
exista, e numai a ta.

cât bați la ușile altora, și cât umbli de colo-colo. În cele din urmă vei ajunge la propria ușă, și îți vei da seama că ușa ta a fost întotdeauna acolo. Nimeni nu poate să ți-o ia. Nimeni nu poate să-ți ia natura, *tao*.



Fotografia e
întotdeauna mai sexuală
decât femeia reală.
Femeia reală are corp și
umbră, și pașii ei se aud.
Fotografia e un vis.

Omul din parabolă era deranjat de umbra lui. Metoda pe care a găsit-o a fost să fugă de ea – asta e metoda pe care o găsește fiecare om. Se pare că mintea are o logică parșivă. De exemplu, când ești mânios, mintea spune: „Nu fi mânios, făgăduiește că nu vei fi mânios”. Și tu ce faci? Îți reprimi mânia, și cu cât o reprimi mai mult, cu atât ea se instalează mai bine. Atunci nu mai ești doar uneori mânios, ești *permanent* mânios. Mânia îți intră în sânge și îl otrăvește; se răspândește în toate relațiile tale. Chiar dacă iubești pe cineva, mânia face ca iubirea să fie violentă. Chiar dacă vrei să ajuți pe cineva, acel ajutor are otravă în el din cauză că otrava e în tine. Otrava este în toate faptele tale, ele te reflectă. Și când te mânie iar, mintea îți spune: „N-ai reprimat destul. Mai reprimă!”. Și atunci ești și mai mânios. Mintea ta e sexuală din cauza reprimării. Ea îți tot spune să-ți reprimi sexualitatea, pentru ca celibatul să înflorească. Dar el nu poate să înflorească așa. Prin reprimare, sexul nu intră numai în corp, intră și în minte, devine cerebral. Te gândești întruna la el. De aceea există în lume atât de multă literatură pornografică.

De ce le place oamenilor să vadă fotografii cu femei goale? Nu sunt de ajuns femeile însele? Ba sunt, însă fotografia e întotdeauna mai sexuală decât femeia reală. Femeia reală are corp și umbră, și pașii ei se aud. Fotografia e un vis; e absolut mentală, cerebrală, și nu are umbră. Femeia reală transpiră, și corpul ei emană un miros; fotografia nu transpiră. Femeia reală se înfurie; fotografia nu se înfurie niciodată. Femeia reală îmbătrânește; fotografia rămâne veșnic tânără și prosperă. Fotografia e doar mentală. Cei care reprimă sexul din corp devin sexuali mental. Sexul se mută în minte și devine boală.

Dacă ți-e foame e în regulă, mănâncă, dar dacă te gândești continuu la mâncare atunci e o obsesie, o boală. Când ți-e foame, e în regulă dacă mănânci și termini cu asta. Dar tu nu termini niciodată cu nimic, și de aceea totul se duce în minte.

Soția lui Mulla Nasruddin era bolnavă și a trebuit să fie operată. După câteva zile de la întoarcerea ei acasă l-am întrebat pe Mulla: „Cum se simte soția ta? Și-a revenit după operație?”. El a răspuns: „Nu, încă mai vorbește despre ea”.

Când te gândești întruna la ceva, când vorbești întruna despre ceva, îl faci să existe. Și acum e mai periculos, deoarece corpul își revine, dar mintea nu își mai revine niciodată. Dacă reprimi foamea din corp, ea se duce în minte. Problema nu a fost aruncată afară, a fost împinsă înăuntru. Atunci mintea îți spune că dacă nu ai reușit ceva nu e în regulă, nu te-ai străduit destul, fă un efort mai mare.

Metoda pe care a găsit-o a fost să fugă de ele.

Mintea îți oferă doar două soluții – să lupți sau să fugi. Ori de câte ori există o problemă, mintea îți spune fie să lupți, fie să fugi de ea. Ambele soluții sunt greșite. Dacă te lupți, rămâi cu problema. Dacă te lupți, problema va exista continuu. Dacă te lupți, ești divizat, pentru că problema nu e afară, e înăuntru.

De exemplu, dacă există mânie și tu te lupți, ce se întâmplă? Jumătate din ființa ta va fi cu mânia, și jumătate cu ideea de luptă. E ca și cum mâinile tale s-ar bate una cu cealaltă. Cine o să câștige? Nu faci decât ă-ți risipești energia. Nimeni nu va ieși victorios. Poți să te amăgești că acum ți-ai reprimat mânia, că acum ștezi pe ea. Însă va trebui să ștezi permanent pe ea, nu îți vei îngădui nici o clipă de vacanță, căci dacă uiți de ea chiar și numai o clipă, toată victoria ta va fi pierdută.

Așa că oamenii care au reprimat ceva șed mereu pe lucrurile reprimite și mereu le e frică. Nu pot să se relaxeze. De ce relaxarea a devenit un lucru atât de greu? De ce nu poți să dormi? De ce nu poți să te relaxezi? De ce nu îți permiți nici un moment de respiro? Pentru că ai reprimat foarte multe lucruri. Ți-e teamă că dacă te relaxezi, ele vor ieși la suprafață.

Mintea spune fie să lupți – iar dacă lupți, reprimi – fie să fugi. Dar, unde să fugi? Poți să fugi și pe Himalaya că mânia tot va veni după tine, e umbra ta. Sexul va veni după tine, e umbra ta. Oriunde te-ai duce, umbra te va însoți.

Metoda pe care a găsit-o a fost să fugă de ele, așa că a rupt-o la fugă. Într-o zi, fiecare dată când punea piciorul jos venea alt pas, iar umbra se ținea după el. Era o mică dificultate.

Omul era foarte mirat. Fugea atât de repede, dar acest fapt nu împiedica umbra să se țină de el! Umbra îl urma cu ușurință, fără să transpire.

gâfâie. Și e de înțeles de ce – fiindcă umbra nu are substanță. Oricât se străduia omul să fugă de umbră, umbra ținea mereu pasul cu el. Umbra nu te părăsește în acest fel. Nici fuga, nici lupta nu sunt de vreun ajutor. Unde să te duci? Oriunde



Mintea are o logică
vicioasă, e un cerc
vicios, se învâртеște în
cerc. Dacă o ascuți,
nu faci decât să te
înвâртеști în cerc.

te-ai duce, umbra te va însoți mereu.

Omul a pus eșecul său pe seama faptului că nu fugea destul de repede. Așa că a început să fugă din ce în ce mai repede, fără să se oprească, până când în cele din urmă a căzut mort.

Trebuie să înțelegi logica minții. Dacă nu o înțelegi, vei fi o victimă a ei. Mintea are o logică vicioasă, e un cerc vicios, se învâртеște în cerc. Dacă o ascuți, nu faci decât să te înвâртеști în cerc. Omul acesta e absolut logic, nu găsești nici o greșeală, nici un cusur în logica lui. Nu are nici o fisură; omul acesta e la fel de logic ca orice Aristotel. El spune

că dacă umbra se ține de el, asta arată că nu fuge destul de repede. Trebuie să fugă din ce în ce mai repede, și atunci va veni clipa când umbra nu o să se mai poată ține după el. Însă umbra este a lui, iar umbra nu e materială, nu e cineva; dacă ar fi fost, logica ar fi fost corectă.

Acest om ar fi avut dreptate dacă l-ar fi urmărit altcineva, o persoană. Atunci logica lui ar fi fost absolut corectă: nu fugea destul de repede, și de aceea celălalt îl urma. Însă cum nu exista altcineva, logica lui era greșită. Mintea era inutilă.

Folosește mintea pentru alții, și meditația pentru tine – acesta este lucrul pe care pun accent Chuang Tzu și filozofia zen și sufiștii și Buddha și Mahomed și Iisus. Omul acesta a dat de bucluc pentru că a folosit mintea pentru sine, iar mintea are tiparul ei. Mintea a spus: „Mai repede, mai repede! Dacă fugi foarte repede, umbra nu o să te mai poată urma”.

Omul a pus eșecul său pe seama faptului că nu fugea destul de repede.

Eșecul a existat în primul rând din cauză că omul fugea. Dar mintea nu putuse să spună asta, nu fusese alimentată pentru asta. Mintea e un computer, trebuie să-l alimentezi; e un mecanism. Ea nu poate să-ți dea nimic nou, îți dă numai ce ai introdus în ea. Dar dacă tu ești dependent de ascultarea minții, vei da mereu de necaz când te vei întoarce spre tine. Când există o întoarcere către sursă, o transformare, mintea e absolut inutilă – nu numai inutilă, este

de-a dreptul o piedică, e dăunătoare. Așa că renunță la ea.

Se zice că într-o zi, fiul lui Mulla Nasruddin s-a întors de la școală cu o carte de sexologie. Mama lui a fost foarte tulburată, nu știa ce să facă, așa că l-a așteptat pe Mulla Nasruddin. Când Mulla a venit acasă, soția i-a arătat cartea. Mulla s-a dus la etaj să-l caute pe fiul său. L-a găsit în camera lui, sărutând-o pe servitoare. Așa că Mulla a spus: „Fiule, când îți termini exercițiile pentru acasă, vino jos”.

Lucrul acesta e logic! Logica are pașii săi, și după fiecare pas urmează altul, și tot așa. Omul acesta și-a urmat mintea, așa că a fugit din ce în ce mai repede, până când în cele din urmă a căzut mort. Din ce în ce mai repede, fără să se oprească... Ce altceva se putea întâmpla? Moartea a fost rezultatul firesc.

Ai observat că încă nu ai cunoscut viața? Ai observat că nu ai trăit un singur moment de viață *ca atare*? Nu ai cunoscut nici un moment din extazul despre care vorbesc Chuang Tzu și Buddha. Și ce te așteaptă? Nu te așteaptă nimic în afară de moarte. Și cu cât te apropii mai mult de moarte, cu atât fugi mai repede, pentru că te gândești că dacă fugi mai repede ai să scapi.

Unde te duci atât de repede? Omul și mintea lui sunt nebuni după viteză, de parcă s-ar duce undeva și trebuie să ajungă repede. Unde te duci? Fie că mergi încet sau repede tot la moarte ajungi. Și ajungi acolo la momentul potrivit. Toți ajung acolo la timp, nimeni nu întârzie vreodată. Am auzi de oameni care au ajuns la moarte înainte de vreme, dar n-am auzit de nimeni care să fi ajuns prea târziu. Unii oameni ajung acolo înainte de vreme din cauza doctorilor...

Omul a pus eșecul său pe seama faptului că nu fugea destul de repede. Așa că a început să fugă din ce în ce mai repede, fără să se oprească, până când, în cele din urmă, a căzut mort.

Nu și-a dat seama că dacă ar fi pășit în umbră, umbra sa ar fi dispărut. Și că dacă s-ar fi așezat și ar fi stat liniștit, pașii n-ar mai fi fost.

Acea umbră se numește liniște, acea umbră se numește pace lăuntrică. Nu îți asculta mintea, mergi pe la umbră, intră în umbră, în liniștea lăuntrică și nu pătrund razele soarelui.

Acea umbră se numește liniște, acea umbră se numește pace lăuntrică. Nu îți asculta mintea, mergi pe la umbră, intră în umbră, în liniștea lăuntrică și nu pătrund razele soarelui.

Problema e că tu rămâi la periferie. Ești în lumina lumii exterioare și de aceea apare umbra. Închide ochii și pășește în umbră. În clipa în care închizi ochii, soarele nu mai este. De aceea cei care meditează stau cu ochii închiși



Logica are pașii săi,
și după fiecare pas
urmează altul, și tot așa.



Ești pur și simplu
o ființă pură. Asta
înțeleg eu prin a fi ca
un zeu – o ființă pură,
netulburată de lupta
dintre contrarii.

– ei intră în propria lor umbră interioară. Înăuntru nu există soare și nici umbra creată de el. Afară e societatea, și afară sunt tot felul de umbre. Te-ai gândit vreodată că mânia, sexul, lăcomia, ambiția fac parte din societate? Dacă pășești înăuntru și lași societatea afară, unde mai e mânia, unde mai e sexul? Dar ia aminte că la început, când închizi ochii, ei nu sunt chiar închiși. Aduci înăuntru imagini din afară, și descoperi aceeași societate reflectată. Însă dacă vei persevera în a pătrunde în interior, mai devreme sau mai târziu societatea va rămâne afară. Tu vei fi

înăuntru, societatea va fi afară – te vei fi mutat de la periferie în centru.

În acest centru e liniște: nu e mânie, nici antimânie, nu e sex, nici celibat, nu e violență, nici nonviolență, pentru că toate acestea sunt afară. Ține minte, și contrariile sunt afară – înăuntru nu ești nici una, nici alta. Ești pur și simplu o ființă pură. Asta înțeleg eu prin a fi ca un zeu – o ființă pură, netulburată de lupta dintre contrarii.

Nu și-a dat seama că dacă ar fi pășit în umbră, umbra sa ar fi dispărut, și că dacă s-ar fi așezat și ar fi stat liniștit, pașii n-ar mai fi fost.

Era într-adevăr foarte ușor. Dar ce este ușor e foarte greu pentru minte, deoarece minții îi este întotdeauna mai ușor să alerge, să lupte, pentru că atunci are ceva de făcut. Cel mai greu lucru e să-i spui minții să nu facă nimic. Atunci ea îți va cere: „Dă-mi măcar o mantra, tu să stai cu ochii închiși iar eu să spun Aum, Aum... Ram, Ram. Dă-mi ceva de făcut, cum să stăm fără să facem ceva, fără ceva după care s alergăm, să-l urmărim?”.

Mintea înseamnă activitate, iar ființa înseamnă inactivitate absolută. Uită-te cum se mișcă o roată de vagon – roata se mișcă, dar centrul în jurul căruia se mișcă roata e static, imobil. Ființa ta este veșnic imobilă, iar periferia ta e în continuă mișcare. Pe asta se bazează dansul Sufi Dervish, meditația rotitoare. În acest tip de meditație lași corpul să devină periferia – corpul se mișcă, iar tu rămâi imobil. Devii o roată. Corpul devine roata, periferia, iar tu ești centrul. Curând îți dai seama că, deși corpul se mișcă din ce în ce mai repede, în interior simți că nu te miști; și cu cât corpul se mișcă mai repede, cu atât mai bine, pentru că atunci se creează contrastul. Dintr-o dată, tu și corpul vă separați.

Dar tu te miști continuu o dată cu corpul, așa că nu există separare. Așază-te. E destul doar să te așezi și să stai, să nu faci nimic. Să închizi ochii și să stai, să stai, să stai, să lași totul să se sedimenteze, să se așeze. Asta va lua timp, pentru că de foarte multe vieți ești tulburat, îți crezi tot felul de turbulențe. Va lua timp, dar numai timp. Nu trebuie să faci nimic, ci doar să stai și să te uiți, să stai și să te uiți... Adepții filozofiei zen numesc asta *zazen*. Zazen înseamnă doar să stai, să nu faci nimic.

Asta spune Chuang Tzu: *Nu și-a dat seama că, dacă ar fi pășit în umbră, umbra sa ar fi dispărut, și dă, dacă s-ar fi așezat și ar fi stat liniștit, pașii n-ar mai fi fost.*

Omul nu trebuie să lupte, nu trebuia să fugă. Singurul lucru pe care trebuia să-l facă era să pășească în umbră și să stea liniștit.

Iar acest lucru e valabil și pentru tine, și trebuie să îl faci toată viața. Nu te lupta cu nimic, și nu încerca să fugi de nimic. Lasă lucrurile să își urmeze cursul. Doar închide ochii și intră în centru, unde razele soarelui nu ajung niciodată. Acolo nu există umbră – și, de fapt, asta e înțelesul legendei cum că zeii nu au umbră. Nu că ar exista undeva niște

zei care nu au umbră, ci că zeul care se află în tine nu are umbră, pentru că acolo, înăuntru, nu pătrunde nimic din exterior; zeul e veșnic în umbră.

Chuang Tzu numește acea umbră Tao – natura ta ascunsă, cea mai tainică natură a ta.

Așadar, ce e de făcut? În primul rând, nu îți asculta mintea. Este o unealtă bună pentru exterior, dar pentru interior este cu desăvârșire o barieră. Logica e bună pentru alții, nu e bună pentru tine însuși. În abordarea lucrurilor este nevoie de logică și îndoială. Știința se bazează pe îndoială, religiozitatea se bazează pe credință, pe încredere. Stai pur și simplu, cu încrederea profundă că natura ta lăuntrică va prelua comanda. Ea întotdeauna preia comanda, nu trebuie decât să aștepti, nu-ți trebuie decât răbdare. Și indiferent ce îți spune mintea, n-o asculta.

Ascultă ce spune mintea când e vorba de lumea exterioară, și nu o asculta când e vorba de lumea interioară – las-o pur și simplu deoparte. Nu trebuie să te lupți cu ea, fiindcă dacă te lupți ar putea să te influențeze. Las-o pur și simplu deoparte. Asta înseamnă credință. Credința nu e o luptă cu mintea – dacă te



Nu te lupta cu nimic,
și nu încerca să fugi
de nimic.

lupți, dușmanul te influențează. Și, țin minte, dușmanii au un impact mai mare decât prietenii. Dacă te lupți continuu cu cineva vei fi influențat de el, pentru că vei folosi aceleași tehnici cu ale lui. În cele din urmă vei ajunge să semeni cu el. E foarte greu să rămâi detașat de dușmani; dușmanul te influențează.

Iar cei care se luptă cu mintea ajung mari filozofi. Or fi vorbind ei împotriva minții, dar tot ce spun e din minte. Or fi spunând ei „Fii împotriva minții”, dar tot ce spun ei vine din minte, chiar din dușmanul lor. Așa că rămân cu mintea, și încetul cu încetul dușmanii ajung la o învoială, ajung să semene.

Întotdeauna ai grijă să nu te lupți cu mintea, altfel va trebui să faci concesii. Dacă vrei să convingi mintea, trebuie să aduci argumente, trebuie să folosești cuvinte, și tocmai asta e problema. Cel mai bine e să lași mintea deoparte.

Lasă mintea deoparte, intră în umbra interioară și așază-te. Atunci n-ai să mai auzi pași, nici o umbră nu o să te urmărească, vei fi ca un zeu, vei fi ceea ce ești deja. Eu îți spun că ești ca un zeu.

Falsele valori

Un lucru foarte important de ținut minte este că omul se pricepe foarte bine să creeze valori false. Adevăratele valori îți solicită totalitatea, îți solicită întreaga ființă; falsele valori sunt foarte ieftine. Seamănă cu cele reale, însă nu îți solicită totalitatea, nu te implică decât superficial.

De exemplu, în locul iubirii, al încrederii, am creat o valoare falsă: „loialitatea”. Omul loial este doar superficial preocupat de iubire. Face toate gesturile pe care le presupune iubirea, dar ele nu înseamnă nimic pentru el; inima lui rămâne departe de gesturile formale.

Sclavul e loial, dar crezi că cineva care e sclav, care a fost coborât în umanitatea lui, căruia i s-au luat mândria și demnitatea, îl poate iubi pe cel care l-a rănit atât de adânc? Îl urăște și, dacă i se va ivi prilejul, îl va ucide! Dar la suprafață rămâne loial – n-are încotro. Nu o face cu bucurie, o face de frică. Nu o face din iubire, ci pentru că mintea, care așa a fost condiționată, îi spune că trebuie să-i fie loial stăpânului. Este loialitatea câinelui față de stăpânul lui.

Iubirea are nevoie de un răspuns total. Ea nu vine din datorie ci din bătăile inimii tale, din bucuria pe care o trăiești, din dorința de a o împărți cu cineva. Loialitatea e ceva urât. Dar mii de ani a fost o valoare foarte respectată pentru că societatea i-a înrobii pe oameni în feluri diferite. Soția trebuia să-i fie loială

soțului – s-a mers până într-acolo încât, în India, milioane de femei au murit la moartea soților lor, sărind în rugul funerar și arzând de vii. Loialitatea era atât de respectată încât orice femeie care nu voia să facă asta era condamnată la o viață foarte chinuită. Devenea aproape o proscrisă; era tratată ca o simplă servitoare în propria ei familie. Se considera că, dacă nu murise o dată cu soțul ei, nu îi era loială.

Dar ia să privim invers treaba asta – nici un bărbat nu a sărit în rugul funerar al soției lui! Nimeni nu a ridicat întrebarea: „Oare înseamnă asta că nici un soț nu i-a fost loial soției lui?”. Numai că este o societate cu standarde duble. Un standard este pentru stăpân, iar celălalt standard e pentru sclav.

Iubirea e o experiență periculoasă pentru că ești stăpânit de ceva mai mare decât tine. Și nu e controlabilă, nu poți s-o faci să apară la ordin. O dată ce a plecat, nu există cale să o aduci înapoi. Tot ce poți să faci e să te prefaci, să fii ipocrit.

Loialitatea e cu totul altceva. Ea e fabricată de mintea ta, nu e ceva dincolo de tine. Loialitatea de deprinde ca orice alt obicei. Începi să joci teatru și, încetul cu încetul, ajungi să crezi în teatrul tău. Loialitatea îți cere ca întotdeauna, în viață sau moarte, să-i fii devotat persoanei respective, indiferent dacă inima ta vrea sau nu. E un mod psihic de înrobire.

Iubirea aduce libertate. Loialitatea aduce sclavie. La suprafață seamănă, dar în profunzime sunt opuse, diametral opuse. Loialitatea înseamnă teatru; ești educat pentru ea. Iubirea e sălbatică, toată frumusețea ei stă în sălbăticia ei. Vine ca o adiere parfumată, îți umple inima și, dintr-o dată, acolo unde era un deșert e o grădină plină de flori. Însă nu știi de unde vine, și nu știi că nu ai cum s-o aduci. Ea vine singură, și rămâne atâta timp cât vrea existența. Și așa cum într-o zi a venit, ca un străin, ca un oaspete, brusc, într-o zi dispare. N-ai cum să te agăți de ea, n-ai cum să o reții.

Societatea nu se poate baza pe astfel de experiențe imprevizibile, nesigure. Ea vrea garanții, asigurări; de aceea a scos complet iubirea din viață, și a pus căsătoria în locul ei. Mariajul înseamnă loialitate față de soț, și pentru că e formal, e în puterile tale... dar e nimic în comparație cu iubirea, nu e nici măcar o picătură din oceanul care este iubirea.



Iubirea e o experiență
periculoasă pentru că
ești stăpânit de ceva
mai mare decât tine.

Dar societatea e foarte mulțumită de el pentru că e de nădejde, e sigur. Soțul poate să aibă încredere că și mâine soția îi va fi la fel de loială ca astăzi. Iubirea nu e de încredere. Pe moment, este totală, dar nu știi dacă în clipa următoare va mai



Armata lucrează
astfel încât să însufle
loialitate; începe cu
lucruri mărunte.

exista. Ea poate să crească o dată cu tine, dar poate și să se evapore. Soțul vrea o soție care să-i fie sclavă toată viața. El nu se poate baza pe iubire; trebuie să creeze ceva care să semene cu iubirea, dar să fie fabricat de minte.

Nu doar în relațiile de iubire, ci și în alte domenii ale vieții loialității i s-a acordat un mare respect, și continuă să i se acorde. Însă ea distruge inteligența... soldatul trebuie să-i fie loial națiunii. Pilotul care a lansat bombe asupra Hiroshimei

și a lui Nagasaki nu poate fi numit răspunzător, și-a făcut pur și simplu datoria. Le-a fost loial superiorilor săi – a primit ordin, și l-a executat. Asta e tradiția armatei, așa sunt instruiți soldații. Instrucția de ani de zile îi face aproape incapabili să se revolte. Chiar dacă își dau seama că ce li se cere este absolut greșit, instrucția a pătruns atât de adânc în ei încât spun imediat: „Să trăiți, am înțeles!”

Nu pot să concep că pilotul care a lansat bombe asupra Hiroshimei și a lui Nagasaki a fost un robot. Avea și el inimă, ca tine. Avea și el soție și copii, o mamă și un tată în vârstă. Era om ca și tine, cu o diferență. A fost instruit să execute ordinele fără să cârtească, și cât a primit ordinul, l-a executat pur și simplu.

Mă tot gândesc ce o fi fost în mintea lui. E de crezut că nu a știut că bomba avea să ucidă aproape două sute de mii de oameni? N-a putut să spună: „Nu, mai bine să fiu împușcat pentru neexecutarea ordinului, decât să distrug două sute de mii de vieți?”. Probabil că ideea asta nici nu i-a trecut prin cap.

Armata lucrează astfel încât să însufle loialitate; începe cu lucruri mărunte. Te întrebi de ce, ani întregi, soldații trebuie să defileze în pas de marș și să execute ordine stupide – la stânga, la dreapta, stânga împrejur, înainte, înapoi – ore întregi, fără nici un scop. Există totuși un scop ascuns, și acela este distrugerea inteligenței soldaților, transformarea lor în niște roboți. Astfel încât atunci când se dă ordinul „La stânga!”, mintea nu întreabă de ce. Dacă ție ți-ar spune cineva „La stânga!”, ai riposta zicând „Ce prostie mai e și asta? De ce să mă întorc la stânga? Merg cum vreau, merg înainte!”. Dar soldații nu au voie să se îndoiască, să pună întrebări; ei execută ordinul și atât. Asta este condiționarea de bază în vederea asigurării loialității.

Pentru regi și generali e bine ca armatele să fie loiale până la limita în care să acționeze ca niște armate alcătuite din roboți, nu din oameni. Părinților le convine ca odraslele lor să fie loiale, deoarece un copil rebel este o problemă. E posibil ca părinții să greșească iar copilul să aibă dreptate, însă el trebuie să asculte de părinți; acest lucru face parte din educația pe care, la rândul lor, au primit-o și adulții.

Eu sunt adeptul ideii că omul de tip nou nu trebuie să aibă drept calitate loialitatea, ci trebuie să aibă inteligență, discernământ și capacitatea de a spune nu. Pentru mine, dacă nu ești capabil să spui nu, da-ul tău e lipsit de înțeles. Da-ul tău nu e decât un cuvânt înregistrat pe o placă de gramofon; nu poți să faci nimic, trebuie să spui da, pentru că pur și simplu nu-ul nu apare în mintea ta.

Viața și civilizația ar fi cu totul altfel dacă i-am fi educat pe oameni să fie mai inteligenți. N-ar mai fi fost atâtea războaie, pentru că oamenii ar fi întrebat: „Care e motivul?”. De ce să ucidem alți oameni, oameni nevinovați?”. Însă unii sunt loiali unei țări, alții sunt loiali altei țări, iar politicienii ambelor țări se luptă și își sacrifică oamenii. Dacă politicienilor le place atât de mult să se lupte, ar fi mai bine să se înfrunte într-un concurs de lupte greco-romane, și lumea s-ar uita și s-ar distra ca la un meci de fotbal.

Dar regii și politicienii, președinții și prim-miniștrii nu se duc la război. La război se duc pentru a ucide și a fi uciși oamenii simpli, care nu au nici un motiv să ucidă alți oameni. Sunt răsplătiți pentru loialitatea lor, și se acordă Crucea Victoriei și tot felul de alte medalii și distincții pentru că au fost inumani, pentru că au fost lipsiți de inteligență, pentru că au fost roboți.

Loialitatea nu e decât combinarea acestor boli: credință, datorie, respectabilitate. Toate acestea sunt hrană pentru eu. Sunt împotriva dezvoltării spirituale, dar susțin grupurile de interese. Preoții nu vor să li se pună întrebări cu privire la sistemul de credință, pentru că știu că nu au răspunsuri de oferit. Toate sistemele de credință sunt atât de false încât dacă ar fi puse sub semnul întrebării s-ar prăbuși. În lipsa întrebărilor, marile religii, care înglobează milioane de oameni, continuă să existe.



Eu sunt adeptul ideii
că omul de tip nou nu
trebuie să aibă drept
calitate loialitatea,
ci trebuie să aibă
inteligență, discernământ
și capacitatea de a
spune nu.

În prezent papa are milioane de oameni în subordine, iar din aceste milioane nu există măcar un om care să întrebe: „Cum poate o virgină să dea naștere unui copil?”. O astfel de întrebare ar fi un sacrilegiu! Din milioanele de oameni, nu există măcar un om care să întrebe: „Care e dovada că Iisus este unicul Fiu zămislit de Dumnezeu? Oricine poate pretinde asta. Care e dovada că Iisus a mântuit omenirea, când n-a putut să se salveze pe sine?”. Dar astfel de întrebări sunt stânjenitoare și pur și simplu nu sunt ridicate. Chiar și Dumnezeu nu e decât o ipoteză, pe care oamenii bisericii încearcă să o dovedească de mii de ani. Aduc tot felul de dovezi, care nu sunt decât născociri, fără substanță, nesustținute de existență. Dar nimeni nu pune întrebări.

Din prima zi de viață, oamenii sunt educați să fie loiali sistemului de credință în care s-au născut. Loialitatea îi ajută pe preoți să-i exploateze pe credincioși, pe politicieni să exploateze masele, pe soți să își exploateze soțiile, pe părinți să își exploateze copiii, pe învățători să-i exploateze pe elevi. Loialitatea este pur și simplu o necesitate pentru fiecare grup de interese. Dar ea reduce întreaga omenire la o masă de retardati. Ea interzice întrebările. Interzice îndoiala. Le interzice oamenilor să fie inteligenți. Iar un om care nu e capabil să se îndoiască, să pună întrebări, să spună „Nu” atunci când consideră că ceva nu e în regulă, coboară sub condiția de om, devine animal.

Dacă iubirea este cerută, devine loialitate. Dacă iubirea e oferită fără a fi cerută, este un dar gratuit, care îți înalță conștiința. Dacă încrederea este cerută, ești înrob. Dar dacă încrederea apare din tine, ceva supraomenesc crește în inima ta. Diferența e foarte mică, dar de o importanță covârșitoare: cerute sau comandate, iubirea și încrederea devin false. Când apar de bună voie, au o valoare uriașă. Nu te fac sclav, te fac stăpân pe tine însuși, pentru că sunt iubirea și încrederea ta. Îți asculți inima. Nu asculți de altcineva. Nu ești forțat să dai ascultare cuiva. Iubirea se naște din libertatea ta, încrederea se naște din demnitatea ta, și amândouă te îmbogățesc.

Asta este ideea mea despre noua omenire. Oamenii vor iubi, dar nu vor permite să li se poruncească să iubească. Vor avea încredere, dar încrederea se va baza pe convingerile lor, nu va fi impusă de scripturi, structuri sociale, preoți sau politicieni.

Nimeni nu are dreptul să-ți poruncească în ce fel să-ți trăiești viața. Trăiește-o după inima ta, ascultă de bătaile ei, intră în necunoscut la fel cum un vultur zboară pe cer în libertate deplină, necunoscând limite... Acesta este exercițiul spiritualității.

Instrumentele transformării

Faptul că rămânem aceiași, că indiferent ce am face rămânem aceiași este unul dintre adevărurile cele mai greu de recunoscut. Nu avem cum să ne „îmbunătățim”. Eul este spulberat, pentru că eul trăiește cu ideea de îmbunătățire, cu ideea de a ajunge cândva undeva. Poate nu azi, ci mâine sau poimâine, sau într-o bună zi. Dacă recunoști faptul că în lume nu există îmbunătățire, perfecționare, că viața este doar o sărbătoare, că nu are în ea nimic practic, toată călătoria eului încetează și ești aruncat înapoi în momentul de față.

Acceptă-te

În clipa în care te accepți te deschizi, devii vulnerabil, devii receptiv. În clipa în care te accepți, nu mai ai nevoie de viitor, pentru că nu ai nevoie să îmbunătățești nimic. Atunci totul e bine, totul e bun așa cum este. În acea experiență nouă viața capătă altă culoare, alt parfum.

Dacă te accepți pe tine, începi să accepți totul. Dacă te respingi, respingi universul; dacă te respingi, respingi existența. Dacă te accepți, accepți existența; atunci nu mai ai nimic de făcut decât să te bucuri, să sărbătorești. Atunci nu te ai plânger de nimic, nu mai pizmuiești pe nimeni, te simți recunoscător. Atunci viața e bună și moartea e bună, atunci bucuria e bună și tristețea e bună, atunci e bine să fii cu persoana iubită și e bine să fii și singur. Atunci tot ce se întâmplă e bine, pentru că se întâmplă din întreg.

Dar de secole întregi omul este condiționat să nu accepte. Toate culturile din lume otrăvesc mintea omului, pentru că toate se bazează pe o singură idee: ideea de îmbunătățire, de perfecționare. Ele toate creează în om o stare de neliniște – o stare de tensiune între ceea ce este omul și ceea ce ar trebui să fie. Orice „ar trebui” creează neliniște. Dacă există un ideal care trebuie îndeplinit, cum să fii în largul tău? Cum să te simți acasă? Nu poți trăi nimic total, pentru că mintea se gândește la viitor. Iar acel viitor nu vine, nu poate

să vină, pentru că însăși natura dorinței îl face imposibil – când vine, îți imaginezi alte lucruri, îți dorești alte lucruri. Întotdeauna îți imaginezi o stare de lucruri mai bună. Și astfel ești veșnic neliniștit, încordat, îngrijorat. Așa trăiește omenirea de secole întregi.

Doar rareori, o dată la foarte mult timp, reușește câte un om să scape din capcană. Acel om e numit un Buddha, un Hristos. Omul deșteptat este cel care a scăpat din capcana societății, care a înțeles că ideea de îmbunătățire este pur și



Acceptă-te așa cum ești.

Este cel mai greu lucru
din lume, întrucât intră în
conflict cu educația ta,
cu cultura ta.

simplu absurdă. Nu te poți îmbunătăți singur. Dar ia aminte, nu spun că îmbunătățirea nu se petrece, ci că nu te poți îmbunătăți singur. Când nu mai cauți să te îmbunătățești, te îmbunătățește viața. În acea stare de relaxare, în acea stare de acceptare, viața începe să te mângâie, viața începe să curgă prin tine. Și când nu te mai plângi de nimic, când în tine nu mai există pizmă, înflorești.

Așa că vreau să-ți spun următorul lucru: Acceptă-te așa cum ești. Este cel mai greu lucru din lume, întrucât intră în conflict cu

educația ta, cu cultura ta. De la început ți s-a spus cum ar trebui să fii. Nimeni nu ți-a spus că ești bun așa cum ești, toți ți-au introdus în minte diverse programe. Ai fost programat de părinți, de preoți, de politicieni, de profesori, iar ideea a fost una singură – să te îmbunătățești, să te perfecționezi. Nu contează cine ești, trebuie să alergi după altceva, continuu, fără odihnă.

Învățătura mea e simplă: Nu amâna viața. Nu aștepta ziua de mâine, ea nu vine niciodată. Trăiește astăzi!

Isus le spune discipolilor săi: „Uitați-vă cu băgare de seamă cum cresc crinii de pe câmp: ei nici nu torc, nici nu țes; totuși vă spun că nici chiar Solomon, în toată slava lui, nu s-a îmbrăcat ca unul din ei”. Care este frumusețea crinului? Faptul că se acceptă total. El nu are în el nici un program de perfecționare. Trăiește aici și acum, dansând în vânt, bucurându-se de soare, vorbind cu norii, ațipind în căldura după-amiezii, flirtând cu fluturii... iubind, fiind iubit.

Când ești deschis, întreaga existență începe să-și toarne energia în tine. Atunci copacii sunt mai verzi decât îți par acum, atunci soarele e mai strălucitor decât îți pare acum; atunci totul capătă culoare. Altfel, totul e tern și mohorât și cenușiu.

Acceptă-te – asta înseamnă rugăciune. Acceptă-te – asta înseamnă recunoștință. Relaxează-te în ființa ta – așa a vrut Dumnezeu să fii. Nu a vrut să fii în nici un alt fel, altminteri te făcea altcineva. Te-a făcut pe *tine*, așa cum ești. Încercarea de a-ți aduce îmbunătățiri este în esență încercarea de a-i aduce îmbunătățiri lui Dumnezeu, ceea ce este de-a dreptul stupid, și nu vei face decât să înnebunești tot încercând asta. Nu vei ajunge nicăieri, ci doar vei rata un mare prilej.

Acceptă-te, acceptă-te întru totul, fă din acceptare culoarea ta, caracteristica ta. Viața e gata în orice clipă să își reverse darurile asupra ta. Viața nu e zgârcită, existența dăruiește întotdeauna din abundență – însă nu îi putem primi darurile pentru că nu ne considerăm demni de a le primi.

De asta oamenii se agață de suferință – ea se potrivește programării lor. Oamenii se pedepsesc singuri în o mie și unu de moduri subtile. De ce? Pentru că asta face parte din programul lor. Dacă nu ești cum ar trebui să fii, trebuie să te pedepsești, trebuie să-ți provoci suferință. De asta oamenii se simt bine când sunt nefericiți, când suferă.

Oamenii se simt bine când sunt nefericiți, și sunt foarte, foarte încurcați, stânjeniți când sunt fericiți. Aceasta este concluzia la care am ajuns după ce am studiat mii și mii de oameni. Când sunt nefericiți, totul e cum trebuie să fie. Acceptă nefericirea – ea se potrivește cu condiționarea lor, cu mintea lor. Știu ce îngrozitori sunt, știu că sunt păcătoși.

Ți s-a spus că te-ai născut din păcat. Ce absurditate! Ce prostie! Omul nu s-a născut din păcat, omul s-a născut din inocență. Nu există păcat original, există numai inocență originală. Fiecare copil se naște inocent. Noi îl facem să se simtă vinovat, spunându-i: „Nu așa ar trebui să fii. Ar trebui să fii așa”. Iar copilul este natural și inocent. Îl pedepsim pentru faptul că este natural și inocent, și îl răsplătim că este artificial și viclean. Îl răsplătim pentru faptul că e fals – toate recompensele noastre sunt pentru oameni falși. Nu răsplătim pe nimeni care este inocent; nu avem nici o considerație față de el, nu avem nici un respect pentru el. Inocentul e condamnat, inocentul e considerat aproape un infractor. Inocentul este considerat prost, în timp ce vicleanul e considerat inteligent. Omul fals este acceptat – omul fals se potrivește cu societatea falsă.



Relaxează-te în ființa ta
– așa a vrut Dumnezeu
să fii.

Toată viața ta nu e decât un efort de a te pedepsi tot mai mult. Tot ce faci este rău, așa că pentru fiecare bucurie trebuie să te pedepsești. Chiar și atunci



Copacii sunt verzi și
frumoși, stelele sunt
frumoase, râurile sunt
frumoase, dar ai văzut
vreodată ceva mai
frumos decât un chip
omenesc?

când, în ciuda ta, bucuria vine, când uneori Dumnezeu se izbește de tine și nu poți să-l eviți, imediat începi să te pedepsești. Ceva nu e în regulă, cum i se poate întâmpla un astfel de lucru unei persoane oribile ca tine?

Zilele trecute un om m-a întrebat: „Tu, Osho, vorbești despre iubire, vorbești despre faptul că îți dăruiești iubirea. Dar eu ce am de oferit? Ce am eu să-i ofer persoanei iubite?” Așa gândește în secret fiecare om. „Nu am nimic”, este convingerea tuturor. Ce nu ai? Ai totul. Însă nimeni nu ți-a spus vreodată că ai toată frumusețea florilor – pentru că omul este cea mai grozavă floare de pe pământ, ființa cea mai evoluată. Nici o pasăre nu poate să cânte cântecul

pe care îl cântă tu – cântecele păsărilor sunt doar niște zgomote, care sunt totuși frumoase pentru că vin din inocență. Cântecele tale sunt mult mai frumoase, mult mai semnificative, au un înțeles mult mai mare. Însă te întrebi: „Ce am eu?”

Copacii sunt verzi și frumoși, stelele sunt frumoase, râurile sunt frumoase, dar ai văzut vreodată ceva mai frumos decât un chip omenesc? Ai dat vreodată de ceva mai frumos decât ochii omului? Pe întreg pământul nu există ceva mai delicat ca ochii omului – nimic nu se compară cu ei, nici trandafirul, nici floarea de lotus. Dar tu vrei să știi: „Ce am eu de oferit în iubire?”. Probabil că duci o viață de autocondamnare; probabil că umerii tăi sunt încovoiați sub povara vinovăției.

De fapt, când cineva te iubește, chiar te miri: „Cum – pe mine? Mă iubește cineva pe mine?”. Și în mintea ta apare ideea: „Mă iubește pentru că nu mă cunoaște. Dacă m-ar cunoaște, dacă ar vedea prin mine, nu m-ar iubi în veci!”. Astfel încep îndrăgostiții să se ascundă unul de celălalt. Păstrează multe lucruri pentru ei înșiși, nu își dezvăluie secretele din cauză că se tem că în clipa în care își deschid inima, dragostea va dispărea. Deoarece nu se pot iubi pe sine, cum să conceapă că altcineva îi iubește?

Iubirea începe cu iubirea de sine. A fi egoist și a fi plin de tine sunt două lucruri diferite. Nu fi narcisist, nu fi obsedat de tine însuși, ci iubește-te firesc.

Iubirea de sine naturală este obligatorie ca să poți iubi pe altcineva. Numai din ea se naște iubirea pentru altcineva.

Acceptă-te, iubește-te, ești creația lui Dumnezeu. Ai pe tine semnătura lui Dumnezeu și ești deosebit, unic. Nimeni nu a mai fost ca tine, și nu va mai fi ca tine – ești pur și simplu unic, incomparabil. Acceptă acest lucru, iubește acest lucru și sărbătorește-l, și atunci vei începe să vezi unicitatea celorlalți, incomparabila frumusețe a celorlalți. Iubirea este posibilă numai atunci când există o acceptare deplină a sinelui, a celuilalt, a lumii. Acceptarea creează mediul în care crește iubirea, în care înflorește iubirea.

Fii vulnerabil

Lao Tzu spune:

Când omul se naște, e plăpând și slab; când moare, e tare și țeapăn. Când frunzele și plantele sunt vii sunt moi și suple; când sunt moarte sunt sfârâmicioase și uscate. De aceea tăria și rigiditatea sunt tovarășele morții, iar moliciunea și delicatețea sunt tovarășele vieții.

De aceea când o armată este încăpățânată, va pierde în bătălie. Când un copac este tare, va fi tăiat. Locul celor mari și puternici e jos; locul celor delicați și slabi e în vârf.

Viata este un râu, o curgere, un șir continuu fără început și sfârșit. Nu pleacă undeva, este veșnic aici. Nu vine de undeva, și nu se duce undeva. Singurul timp pe care îl cunoaște viața este acum, și singurul loc este aici. Nu se străduiește să ajungă undeva, nu are unde să ajungă. Nu se străduiește să cucerească ceva, nu are ce să cucerească. Nu face nici un efort să se apere, pentru că nu are de cine să se apere. Există doar ea, viața, absolut singură, frumoasă în singurătatea ei, maiestuoasă în singurătatea ei.

Poți să-ți duci viața în două feluri. Poți să curgi o dată cu ea – și atunci ești și tu maiestuos, ai o grație, grația nonviolentei, ai o frumusețe, ca de copil, ca de floare, dulce, delicată, necoruptă. Dacă curgi o dată cu viața, ești religios. Asta înseamnă religia pentru Lao Tzu, și pentru mine.

În mod obișnuit religia înseamnă lupta cu viața, pentru Dumnezeu. Înseamnă că Dumnezeu este țelul, iar viața trebuie negată și combătută. Viața trebuie sacrificată pentru a ajunge la Dumnezeu. Această religie obișnuită nu e religie. Această religie obișnuită e doar o parte a minții obișnuite, violente, agresive.

Nu există Dumnezeu dincolo de viață; viața e Dumnezeu. Dacă negi viața, îl negi pe Dumnezeu, dacă sacrifici viața, îl sacrifici pe Dumnezeu. În toate sacrificiile, numai Dumnezeu este sacrificat. George Gurdjieff spunea – pare



A fi cu adevărat religios înseamnă să curgi o dată cu întregul, nu să te separi de el. Partea nu poate fi împotriva întregului.

paradoxal, dar e adevărat – că toate religiile sunt împotriva lui Dumnezeu. Dacă viața e Dumnezeu, atunci a nega, a renunța, a sacrifica înseamnă a fi împotriva lui Dumnezeu.

A fi cu adevărat religios înseamnă să curgi o dată cu întregul, nu să te separi de el. Partea nu poate fi împotriva întregului.

A fi nereligios înseamnă să ții morțiș să învingi, să cucerești, să ajungi undeva. Dacă ai un țel, ești nereligios. Dacă te gândești la ziua de mâine, ai ratat deja religia. Religia nu cunoaște „mâine”. De asta Iisus spune: „Nu vă gândiți la ziua de mâine. Uitați-vă la crinii

de pe câmp, ei înfloresc acum”. Tot ce există, există acum. Tot ce e viu, e viu acum. Acum este singurul timp, singura veșnicie.

Cealaltă posibilitate este să lupți cu viața, să ai țeluri particulare – și toate țelurile sunt particulare, toate țelurile sunt personale. Încerci să-i impui vieții un tipar, ceva al tău personal. Încerci să târăști viața după tine, iar tu ești doar o părticică infimezimală și încerci să târăști tot universul după tine. Bineînțeles că vei fi înfrânt, că îți vei pierde grația, vei deveni dur.

Lupta creează duritate, te acoperă cu o crustă, ca un cocon. Însăși ideea că ai un anumit țel face din tine o insulă, nu mai faci parte din vastul continent al vieții. Și când te separi de viață, ești ca un copac separat de pământ. Poți să trăiești puțin din hrana pe care ai acumulat-o în trecut, dar de fapt ești pe moarte. Copacul are nevoie de rădăcini; copacul are nevoie să fie în pământ, unit cu pământul, parte a lui.

Trebuie să fii unit cu continentul vieții, să faci parte din el, să fii înrădăcinat în el. Când ești înrădăcinat în viață ești moale pentru că nu ți-e frică. Frica naște duritate. Frica naște ideea de siguranță, frica naște ideea de a te apăra. Și nimic nu ucide ca frica, pentru că prin însăși ideea de frică te separi de pământ, te dezrădăcinezi. Și atunci trăiești pe seama trecutului – de asta te gândești atât de mult la trecut. Nu e o coincidență. Minte se gândește continuu fie la trecut, fie la viitor. De ce te gândești atât de mult la trecut? Ce-a fost s-a dus!

Nu poate fi recuperat. Trecutul e mort! De ce te tot gândești la trecut, care nu mai este, și în privința căruia nu se poate face nimic? Nu poți să-l trăiești, nu poți să fii în el, dar el poate să-ți distrugă momentul prezent. Însă faptul că te gândești la trecut trebuie să aibă o cauză adânc înrădăcinată. Acea cauză este că te lupți cu întregul. Luptându-te cu întregul, luptându-te cu râul vieții, te dezrădăcinezi. Devii un fenomen mititel, închis în el ca o capsulă. Devii un individ, nu mai faci parte din vastul univers care se dilată. Nu, nu mai faci parte din el. Trebuie să trăiești ca un amărât din hrana acumulată în trecut; de asta mintea se tot gândește la trecut.

Și trebuie să te aduni cumva pentru a fi gata de luptă; de asta te gândești întruna la viitor. Viitorul îți dă speranță, viitorul îți dă hrană, și astfel ratezi tocmai viața, veșnicia, care este între trecut și viitor. Între trecut și viitor ești pe moarte, nu trăiești.

Adevăratul mod de a trăi este să curgi o dată cu viața, și nu oricum, ci să fii adâncit în ea, să te contopești cu ea. Când nu te lupți, te contopești cu viața. Când nu te lupți, te contopești cu infinitul. În Orient, această stare de renunțare la luptă este cunoscută drept capitulare, încredere – este ceea ce noi numim *shraddha*, încrederea în viață. Nu încrederea în minte, ci încrederea în existență. Nu încrederea în parte, ci încrederea în întreg. Capitulând, devii dintr-o dată moale, pentru că nu ai de ce să fii tare. Nu te lupți, nu există adversitate. Nu ai de ce să te aperi, nu simți nevoia de siguranță; te-ai contopit deja cu viața.

Iar viața este sigură! Numai eul este nesigur; el are nevoie de protecție, el are nevoie de siguranță, el are nevoie de o armură în jurul lui. El se teme, tremură continuu de frică – și-atunci, cum să trăiești? Trăiești în chin și neliniște, or asta nu-i viață, nu se poate spune că trăiești. Pierzi toată bucuria de a fi aici. Această bucurie nu are o cauză – apare pur și simplu pentru că exiști. Fierbe în tine doar pentru că exiști. Când ești deschis și curgi o dată cu viața, debordezi de bucurie, fără nici un motiv! Simți pur și simplu că *a fi* înseamnă a fi fericit.

De asta hindușii au numit *satchitananda* supremă adevăr, conștientă, fericire. A fi înseamnă a fi fericit, a fi adevărat înseamnă a fi fericit. A fi fericit este singurul mod de a fi. Dacă ești nefericit, înseamnă că te-ai dezrădăcinat cumva, te-ai despărțit de râu, ai devenit un bloc de gheață care plutește pe râu, dar nu o dată cu el. Se luptă, chiar încearcă să meargă împotriva curentului – eul vrea mereu să meargă împotriva curentului, pentru că ori de câte ori există o provo-

care eul se simte bine. Dacă nu găsești pe cineva cu care să te lupți ești foarte nefericit. Ai nevoie de cineva ca să te lupți cu el. Luptându-te te simți bine,



Luptându-te te simți
bine, simți că exiști.

Dar asta e un mod
patologic de a fi, un
mod nevrotic.

simți că exiști. Dar asta e un mod patologic de a fi, un mod nevrotic. Să te lupți cu râul înseamnă nevroză. Dacă te lupți, te întărești. Dacă te lupți, te înconjori cu un zid mort. Firește, chiar ființa ta e moartă. Îți pierzi moliciunea, luciditatea, grația, delicatețea. Atunci doar te târăști, nu trăiești.

Lao Tzu e pentru capitulare. El spune: „Capitulează în fața vieții. Lasă viața să te conducă, nu încerca să conduci tu viața. Nu căuta să manipulezi și să controlezi viața, lasă

viața să te manipuleze și să te controleze. Lasă viața să pună stăpânire pe tine. Predă-te pur și simplu, spune pur și simplu «Eu nu sunt». Dă-i vieții putere deplină și fii cu ea”.

E greu, pentru că eul spune: „Atunci, ce mai sunt eu? Capitulând, nu mai sunt”. Însă, în realitate, când eul nu mai e, ești pentru prima dată. Pentru prima dată nu mai ești finitul, ești infinitul. Pentru prima dată nu mai ești corpul, întrupatul, este neîntrupatul, imaterialul care se dilată continuu, fără de început și fără de sfârșit.

Dar eul nu vrea să audă de asta. Eul se teme. Spune: „Ce faci? Capitulezi? Atunci vei fi pierdut, vei fi un nimeni”. Dacă ascuți de eu, eul te va pune iar și iar pe un drum nevrotic, pe drumul de a fi „cineva”. Și cu cât te străduiești mai mult să devii cineva, cu atât ești mai sleit de viață, ai mai puțină viață în tine. Uită-te la oamenii care au reușit în viață, care au devenit cineva, ale căror nume se găsesc în *Who's Who*. Uită-te la ei și vei descoperi că duc o viață falsă. Sunt numai niște măști, nu au nimic înăuntru – oameni găunoși, împărați poate, dar nu vii.

Uită-te la oamenii de succes, oamenii care au ajuns cineva – președinți, prim-miniștri, mari bogătași care au realizat tot ce se putea realiza. Uită-te la ei, pune mâna pe ei și vei simți moartea. Nu vei găsi acolo o inimă care pulsează. Poate că inima mai bate încă, dar bătăile ei sunt mecanice. Bătăile și-au pierdut poezia. Ei se uită la tine, dar ochii lor sunt stinși, nu au luciul vieții. Vor da mâna cu tine, dar nu vei simți în mâna lor curgând ceva, nu vei simți nici un schimb de energie, nici un strop de căldură. O mână moartă.

Uită-te în jurul lor, trăiesc în iad. Au reușit, au ajuns cineva, iar acum numai iadul îi înconjoară. Dacă încerci să ajungi cineva, ești pe același drum.

Lao Tzu spune să fii un nimeni, și atunci în tine va curge viața infinită. Să fii cineva devine un blocaj pentru curgerea vieții. Când ești un nimeni, o vastă pustietate, totul e posibil. În acea pustietate norii se pot mișca, stelele se pot mișca. Și nimic nu o tulbură.

Într-o astfel de stare de a fi ești veșnic tânăr. Corpul va îmbătrâni, bine-nțeles, însă miezul ființei tale rămâne tânăr, proaspăt. El nu îmbătrânește niciodată, nu moare niciodată. Și Lao Tzu spune că asta e calea



Și minunea e că dacă nu te opui vieții, viața e mai abundentă. Dacă nu te opui să fii viu, ai și mai multă viață.

de a fi cu adevărat religios. Plutește o dată cu tao, mișcă-te o dată cu tao, nu îți face scopuri particulare, țeluri proprii. Întregul știe mai bine, tu fii cu el, doar. Întregul te-a creat, întregul respiră în tine, întregul trăiește în tine. De ce îți bați tu capul? Lasă răspunderea în seama întregului. Tu mergi cu el, oriunde te duce. Nu forța și nu face planuri, nu urmări țeluri anume, pentru că atunci va exista frustrare și te vei întări, te vei rigidiza, și vei pierde prilejul de a fi viu.

Și minunea e că dacă nu te opui vieții, viața e mai abundentă. Dacă nu te opui să fii viu, ai și mai multă viață. Iisus spune: „Veniți la mine și vă voi arăta calea vieții veșnice, viața abundentă. Viața care se revarsă, care inundă”. Însă noi trăim ca niște cerșetori. Am fi putut să fim ca niște împărați, dar nu suntem, și e numai vina noastră. Cauza nefericirii noastre este faptul că ținem morțiș să fim noi înșine, că ne agățăm de eu.

Și acum sutrele:

Când omul se naște, e plâpând și slab.

Uită-te la un prunc abia născut. Nu are crustă în jurul lui, e vulnerabil, deschis, moale – viața în puritatea ei. Nu va fi așa mult timp, curând i se dezvoltă personalitatea, va fi închis în cușcă, întemnițat de societate, de părinți, de școală, de universitate; curând viața va deveni un fenomen îndepărtat. Va semăna mai mult cu un prizonier. Viața va continua să bată undeva în adâncul ființei lui, dar nici chiar el nu va putea să-i audă bătăile.

Viața e o minune care se tot repetă. Viața se înnoiește în fiecare zi. Bătrânii mor, alți prunci se nasc. Care e rostul? E foarte clar că viața nu crede în bătrânețe. De fapt, dacă viața ar fi administrată de economiști,

moartea bătrânilor și nașterea pruncilor ar părea un lucru absolut neeconomic, o pierdere inutilă. Când omul ajunge bătrân și are experiență de viață



Slăbiciunea are o frumusețe a ei, pentru că e plăpândă și moale.

și înțelepciune, moartea îl ia și bătrânul e înlocuit cu un prunc total necunosător în ale vieții, fără înțelepciune, absolut proaspăt; totul trebuie rescris. Economistii ar spune că asta e o prostie! Dumnezeu ar trebui să-i consulte mai întâi pe economiști. Ce face el e adevărată risipă! Un om de optzeci de ani, cu experiență, moare, și e înlocuit cu un prunc

neștiutor; ar trebui să fie tocmai invers, atunci ar fi mai economic.

Dar viața nu crede în economie. Și e bine că nu crede, altfel lumea întreagă ar fi devenit un imens cimitir. Viața crede în viață, nu în economie. Ea îi înlocuiește continuu pe bătrâni cu nou-născuți, pe morți cu tineri, pe oamenii tari cu oameni moi. Indiciul e limpede: viața iubește moliciunea, pentru că printr-o fință moale poate să curgă ușor.

Când omul se naște, e plăpând și slab.

Lao Tzu mai insistă asupra unui lucru, și anume că viața nu crede în tărie. Slăbiciunea are o frumusețe a ei, pentru că e plăpândă și moale. Când vine furtuna, copacii mari și puternici sunt doborâți. Plantele mici doar se apleacă, și furtuna trece pe lângă ele, și după aceea ele iar zâmbesc și înfloresc. De fapt, furtuna le-a dat prospețime, a luat praful de pe ele, atâta tot. Furtuna le-a făcut o baie bună, și sunt mai vii, mai tinere, mai proaspete. Copacii bătrâni, foarte puternici au fost doborâți pentru că s-au opus. Ei nu au vrut să se încline, au fost foarte egoiști.

Lao Tzu spune: „Viața îi iubește pe cei slabi”. Țsta este înțelesul vorbelor lui Iisus: „Ferice de cei blânzi, căci ei vor moșteni pământul. Ferice de cei săraci în duh, căci a lor este împărăția cerurilor. Ferice de cei ce plâng, căci ei vor fi mângâiați”. Biserica creștină nu înțelege spusele lui Iisus, fiindcă acele vorbe sunt ale lui Lao Tzu, și câtă vreme nu sunt legate de Lao Tzu nu pot fi interpretate corect. Întreaga învățătură a lui Iisus este: „Fii viu și fii slab”. De asta el spune că dacă cineva te lovește peste obraz, întoarce-i-l și pe celălalt. Dacă cineva îți ia haina, dă-i și cămașa. Dacă cineva te silește să mergi cu el o milă, mergi două mile.

De ce e slăbiciunea atât de binecuvântată? Pentru că, în mod obișnuit, așa-zișii lideri ai lumii, învățătorii lumii spun întruna: „Fii puternic”. Dar

Lao Tzu și Iisus Hristos spun: „Fii slab”. Slăbiciunea are ceva în ea, pentru că nu e tare. Să fii puternic trebuie să fii tare. Să fii tare trebuie să te opui vieții. Dacă vrei să fii puternic, trebuie să te lupți cu viața, numai atunci devii puternic. Altfel n-ai cum să devii puternic. Dacă vrei să devii puternic, înoată împotriva curentului. Ca să fii slab, plutește o dată cu râul, mergi cu el oriunde merge.

Dacă râul spune „Mergi cu mine o milă”, mergi două mile. Dacă râul îți ia haina, dă-i și cămașa. Și dacă râul îți dă o palmă peste obraz, întoarce-i-l și pe celălalt.

Slăbiciunea are o anumită frumusețe. Frumusețea e cea a grației. Frumusețea e cea a nonviolentei, *ahimsa*. Frumusețea e cea a iubirii, iertarea. Frumusețea e cea a lipsei conflictului. Și atâta timp cât Lao Tzu nu e bine înțeles, omenirea nu poate trăi în pace.

Dacă ești învățat să fii puternic, va trebui să te lupți. Toți se vor lupta, și războaiele vor continua. Toți liderii politici din lume spun că iubesc pacea, și toți se pregătesc de război. Toți spun că sunt pentru pace, și continuă să strângă armament. Vorbesc despre pace și se pregătesc de război, și toți spun că se pregătesc de război pentru că le este frică de ceilalți. Iar ceilalți spun la fel! Toată treaba este stupidă. China se teme de India, India se teme de China. Rusia se teme de America, America se teme de Rusia ambele vorbesc despre pace, și ambele se pregătesc de război. Și bineînțeles că lucrul pentru care te pregătești se întâmplă.

Discuțiile despre pace sunt vorbe goale. Discuțiile despre pace nu sunt decât război rece. În realitate, politicienii au nevoie de timp pentru a se pregăti de război, și pentru a câștiga timp vorbesc despre pace. De secole, omenirea cunoaște doar două perioade: perioada războiului, și perioada de pregătire a războiului. Acestea sunt singurele perioade. Întreaga istorie pare nevrotică.

Însă așa trebuie să se întâmple, din cauză că forța e prețuită, eul e prețuit. Dacă doi oameni, unul puternic și unul slab, se bat pe drum, iar cel puternic îl doborât pe cel slab și cade pe pieptul lui, pe care dintre ei îl apreciezi? Îl apreciezi pe cel care a învins? Atunci ești violent, atunci ești pentru război. Sau îl apreciezi pe cel slab? Nu cred, nimeni nu-i apreciază pe cei slabi, nimeni nu vrea să fie asociat cu cei slabi, pentru că în adâncul inimii lui fiecare vrea să fie și el puternic.



Discuțiile despre
pace nu sunt decât
război rece.

Când îl apreciezi pe cel puternic spui: „Da, acesta este idealul meu, vreau și eu să fiu ca el”. Dacă forța e prețuită, atunci violența e prețuită. Dacă forța e prețuită, atunci moartea e prețuită, pentru că forța ucide – îl ucide și pe celălalt, te ucide și pe tine. Forța e atât ucigașă cât și sinucigașă.

Însuși cuvântul slăbiciune pare acuzator. Dar ce înseamnă slăbiciune? O floare e slabă. Piatra de lângă floare e foarte puternică. Ai vrea să fii ca o piatră, sau ai vrea să fii ca o floare? Floarea e slabă, nu uita, foarte slabă – e de ajuns un vânticel și floarea piere. Petalele i se scutură. Floarea e o minune; e o minune cum există floarea, atât de slabă, atât de gingașă! Pare cu neputință să existe, și totuși există. Cum se poate? Pietrele e normal să existe, ele sunt puternice. Dar floarea? Pare total neajutorată, și totuși există; asta e minunea.

Ai vrea să fii ca o floare? Dacă îți pui întrebarea asta, eul îți va spune: „Fii ca o piatră”. Dacă totuși insiști, spunând că piatra e urâtă, eul va spune: „Dacă ții neapărat să fii o floare, fii o floare de plastic. Fii măcar rezistent! Vântul nu te va tulbura, ploaia nu te va distruge, vei dura la nesfârșit”. O floare adevărată se deschide dimineața, râde o clipă, își răspândește parfumul și moare. O floare neadevărată, o floare de plastic poate dura la nesfârșit. Dar este neadevărată, și este rezistentă și puternică pentru că e neadevărată. Realitatea este moale și slabă.

Nu poți să îl înțelegi pe Dumnezeu fiindcă mintea ta înțelege numai logica matematică. Îți lipsește simțul estetic de a fi alături de flori. Numai o minte poetică înțelege existența lui Dumnezeu, pentru că Dumnezeu este cel mai slab și cel mai moale. De asta este el floarea absolută. Înfloarește, dar înfloarește numai o fracțiune de secundă. Acea fracțiune de secundă este cunoscută ca „prezent”. Trebuie să fii foarte atent ca să nu ratezi acel moment atât de mic. El înfloarește veșnic, înfloarește în fiecare clipă, dar tu nu vezi, pentru că mintea ta e preocupată de trecut și de viitor. Iar prezentul este un fenomen foarte îngust, dispare cât ai clipi din ochi. Dumnezeu înfloarește în acel moment îngust.

Dumnezeu este adevărul absolut, dar este foarte slab, foarte moale. El este punctul culminant, dincolo de care nu există nimic. Vei fi capabil să îl înțelegi pe Dumnezeu numai când vei înțelege logica moliciunii și a slăbiciunii. Dacă te vei strădui să fii puternic – cuceritor, luptător, războinic – vei trăi înconjurat de pietre, nu de flori, iar Dumnezeu va fi un fenomen îndepărtat. N-ai să poți să-l detectezi nicăieri în viață pe Dumnezeu.

Când omul se naște, e plăpând și slab; când moare, e tare și țeapăn.

Așadar, în viață trebuie să rămâi moale, plăpând și slab; nu căuta să fii tare și țeapăn, pentru că astfel îți aduci moartea tot mai aproape. Moartea

oricum va veni într-o zi, nu asta e problema. Problema e că trăiești o viață moartă. Moartea pe care o trăiești acum, asta e problema. Moartea în sine e foarte blândă, mai blândă decât viața, a foarte gingașă. Zgomotele vieții le auzi, pe ale morții nu; nici nu știi când vine. Nu moartea aceea e problema. Moartea dinainte de moarte e problema, să duci o viață moartă e problema. Să fii închistat, rigid. Leibnitz are un termen pentru asta – *monadă*. Monada este o celulă indivizibilă, absolut închisă, fără ferestre pe care să te uiți afară, sau de afară să te uiți înăuntru. Monada are aceeași rădăcină cu monopol, monogamie, monk, monastery; înseamnă să fii complet singur. Călugărul e cel care trăiește singur, mănăstirea e locul în care oamenii trăiesc singuri. Când ești complet închis într-o celulă moartă, ești în mănăstire. Locuiești singur într-o peșteră, nu poți să ajungi la alții, alții nu pot să ajungă la tine. Ești complet închis.



Dacă ai înțelege
fenomenul prin care
ai ajuns să fii nefericit,
ai scăpa imediat de
nefericire. Nu trebuie
decât să fii moale,
curgător.

Aceasta e moartea care e țeapănă. Și atunci ești nefericit, și încerci să găsești căi și mijloace de a nu fi nefericit. Nefericirea ți-o crezi fiind țeapăn, tare, rigid, și pe urmă cauți metode de a nu fi nefericit.

De fapt, dacă ai înțelege fenomenul prin care ai ajuns să fii nefericit, ai scăpa imediat de nefericire. Nu trebuie decât să fii moale, curgător.

Fii ca un copil, păstrează mereu puritatea și suavitatea copilăriei. Nu pierde contactul cu ea, și într-o zi vei constata cu surprindere că în tine încă mai trăiește copilul care ai fost în urmă cu cincizeci de ani. Dacă știi să păstrezi contactul cu copilăria, ești veșnic copil.

Copilul nu se pierde niciodată, el rămâne. Copilul nu moare când devii tânăr, și nici tânărul nu moare când îmbătrânești, straturile se depun unul peste altul, dar miezul rămâne același – pruncul care te-ai născut continuă să existe în tine; multe straturi s-au depus peste el, și dacă străpungi acele straturi, copilul explodează dintr-o dată în tine. Eu numesc această explozie extaz.

Iisus spune: „... Dacă nu vă veți face ca niște copilași, cu nici un chip nu veți intra în Împărăția cerurilor”. Asta vrea să spună el, și despre asta vorbesc și eu. Dacă îți străpungi carapacea tare, zidul care te înconjoară, multe stra-

turi, copilul din tine va exploda. Vei privi iarăși lumea cu acei ochi inocenți de copil. Atunci va exista Dumnezeu.

Dumnezeu nu e un concept filozofic, este această lume privită cu ochi de copil. Aceeași lume – acești copaci, aceste flori, acest cer – aceeași lume capătă dintr-o dată calitatea de a fi divină când te uiți la ea cu ochi de copil. Este nevoie doar de o inimă pură, suavă, delicată. Nu Dumnezeu lipsește, *tu* lipsești. Nu Dumnezeu e absent, *tu* ești absent.

Când omul se naște, e plăpând și slab; când moare, e tare și țeapăn. Când ființele și plantele sunt vii sunt moi și suple; când sunt moarte, sunt sfărâmicioase și uscate.

Învăță. Viața te învață pe multe căi. Viața îți indică felul în care trebuie să fii.

De aceea tăria și rigiditatea sunt tovarășele morții, iar moliciunea și delicatețea sunt tovarășele vieții.

Dacă vrei să fii mai viu, să debordezi de viață, caută tovarășele vieții: moliciunea (suavitatea) și delicatețea.

Tot ce îți aglomerează mintea te rigidizează. Trăiește astfel încât în fiecare clipă să fii total rupt de clipa trecută. În prezent, situația ta este următoarea: Ai o casă mare, cu multe camere, și în toate camerele sunt piese de puzzle, de la mai multe jocuri. Toată casa e plină de piese de puzzle – peste tot sunt piese de puzzle, pe mese, pe scaune, pe paturi, pe podea, atârând din tavan, și nu ești în stare să rezolvi nici un joc. Încerci să rezolvi unul dar, constatând că e greu în așa măsură încât îți iei câteva piese la slujbă ca să lucrezi la joc mai târziu. Pe urmă încerci să rezolvi alt joc, însă nu ești în stare, pentru că ești zăpăcit. Te muți în altă cameră, și uite așa faci mereu, te învârti în cerc.

Ai mintea aglomerată de puzzle-uri nerezolvate, și încetul cu încetul te nevrozezi de tot. Nu ți-ai rezolvat nici măcar o problemă de viață, și mii de piese de puzzle atâră în jurul tău. Ele își iau obolul. Teucid.

Nu căra lucruri din trecut, trecutul s-a dus. Rezolvat sau nerezolvat, scapă de el în fiecare clipă. Acum nu mai poți face nimic în privința lui, lasă-l baltă, și nu căra cu tine părți din el, pentru că acele părți nu te vor lăsa să rezolvi noile probleme existente în acest moment. Trăiește acest moment cât mai total, și îți vei da seama brusc că dacă îl trăiești total, problemele lui sunt rezolvate. Nu mai trebuie să le rezolvi. Viața nu e o problemă care trebuie rezolvată, ci este un mister care trebuie trăit. Dacă trăiești total clipa, e rezolvată, și ieși din ea frumos, îmbogățit, descoperind în tine noi comori, și fără nimic care să atârne în jurul tău. Atunci intri în momentul următor cu atâta prospețime, cu atâta

intensitate și atât de total încât și momentul următor e trăit și rezolvat.

Să nu aduni niciodată momente netrăite, altfel te rigidizezi, te întărești. Rămâi moale numai dacă nu cari nimic din trecut. De ce sunt copiii moi, suavi? Ei nu cară nimic. Când copilul e mânios, e mânios! În clipa aceea nu-i pasă ce spune Buddha despre mânia, nu-i pasă că Mahavira a spus „Nu te mânia” - el e cu adevărat mânios! E atât de intens

mânios încât însăși intensitatea devine frumoasă. Uită-te la un copil care e cu adevărat mânios – tot corpul lui, atât de mic, atât de fraged și gingaș, pulsează de mânia, ochii îi scapără de mânia, e roșu la față, sare și zbiară de parcă ar vrea să distrugă întreaga lume. O explozie de energie... Iar în clipa următoare mânia s-a dus și copilul se joacă, și nu îți vine să crezi că fața lui senină de acum este aceeași față furioasă de dinainte cu o clipă. E numai zâmbet! Atât de frumos, atât de fericit!

Așa trebuie să trăiești. Să trăiești clipa atât de total încât să nu rămână nimic pentru următoarea. Copilul trăiește clipa de mânia, apoi trece la următoarea senin, descătușat. Când pe pământ va fi cu puțință o educație mai bună, nu îi vom învăța pe copii să nu se mânia. Îi vom învăța să se mânia, dar să se mânia total, să nu care mânia cu ei. Mânia în sine nu e rea – e periculos să o cari, să o acumulezi. Străfulgerările de mânia sunt frumoase, și chiar necesare, dau tonus vieții. Dau sare vieții. Altfel ai fi mai lipsit de vlagă, n-ai avea tonus. Mânia în sine e un exercițiu bun, și dacă o consumi total, și ieși din ea, e în regulă.

Omul care poate să fie mânios total, poate să fie și fericit total, poate să iubească total, pentru că nu e o chestiune de a fi mânios sau fericit sau iubitor, ci este o chestiune de trăire intensă. Singurul lucru pe care îl înveți din toate experiențele este să fii total. Dacă nu ești lăsat să fii mânios, devii incomplet. Dacă trăiești parțial clipa, celelalte părți îți rămân în minte, te obsedează. Zâmbești, dar zâmbetul tău nu e pur, e corupt de mânia care stăruie în el. Buzele tale zâmbesc, dar zâmbetul e otrăvit; mânia nu a fost părăsită, trecutul nu a murit, nu ești complet liber să fii aici și acum. Trecutul a aruncat o umbră asupra ta. Ești zăpăcit, toată viața ta devine o mahmureală. Nu poți să iubești, nu poți să trăiești, nu poți să te rogi, nu poți să meditezi. Trecutul se ține scai de tine, îți întoarce viața cu fundul în sus, te zăpăcește, în mintea ta e un talmeș-balmeș.



Să trăiești clipa atât
de total încât să nu
rămână nimic pentru
următoarea.



Trăiește total fiecare
clipă. Și trăiește
conștient, astfel încât
să nu cari trecutul.

Vin oameni la mine și îmi spun: „Când începem să medităm, apar dintr-o dată milioane de gânduri. Acele gânduri nu apar în mod obișnuit, ci când începem să medităm”. De ce se întâmplă asta? Din cauza experiențelor incomplete – când meditezi, nu ai mintea ocupată, așa că ele sar toate pe tine: „Dacă tot stai degeaba, măcar rezolvă-ne, termină cu noi, completează-ne. Nu faci nimic, stai pur și simplu, asta e meditația. Fă ceva! Această mânie există, rezolv-o. Această iubire există, împlinește-o. Această dorință există, fă ceva!”.

Când ești ocupat, toate aceste gânduri nu îți concentrează atenția asupra lor. Dar când meditezi, toate încearcă să îți atragă atenția și să-ți spună că nu sunt terminate. Ele sunt fantomele trecutului.

Trăiește total fiecare clipă. Și trăiește conștient, astfel încât să nu cari trecutul. Acest lucru e ușor, nu trebuie decât să fii conștient, să conștientizezi ceea ce faci. Nu trăi ca un somnambul, ca un robot. Fii puțin mai conștient, și vei deveni moale ca un copil, suplu ca o plantă tânără. Și această calitate o vei păstra până în ultima clipă a morții; vei rămâne suplu. Dacă rămâi suplu, tânăr, proaspăt moartea se produce, dar nu pentru tine. Mor numai oamenii care sunt deja morți. Oamenii care rămân vii, care au viață în ei, se uită cum se produce moartea – moare corpul, moare mintea, dar ei nu. Ei rămân în afara morții, o transcend.

De aceea când o armată este încăpățânată, va pierde în bătălie.

aici vorbele lui Lao Tzu par absurde. El spune că atunci când o armată este încăpățânată va pierde în bătălie, iar tu crezi că dacă ești încăpățânat vei câștiga.

Când un copac e tare, va fi tăiat. Locul celor mari și puternici este jos. Locul celor delicați și slabi e în vârf.

Rădăcinile sunt tari, rezistente, locul lor e jos, sub pământ. Florile sunt delicate, locul lor e sus, în vârf. Așa ar trebui să arate structura corectă a societății: cei puternici să fie la bază, ei să fie rădăcinile, iar cei delicați, suavi să fie în vârf. Poeții și pictorii ar trebui să fie în vârf. Sfinții și înțelepții ar trebui să fie pe cea mai înaltă culme. Soldații, politicienii, oamenii de afaceri ar trebui să fie jos, la bază. Însă lumea e cu fundul în sus, pentru că oamenii tari încearcă să fie deasupra.

E ca și cum rădăcinile ar fi devenit politicieni, și ar încerca să ajungă în vârful copacului și să forțeze florile să coboare sub pământ. Când lumea era mai echilibrată, în India de exemplu, locul brahminilor era în vârf. Noi în puseserăm în vârf. Brahminii sunt înțelepți, sunt cei care l-au cunoscut pe *Brahma*. Nu sunt o castă, nu au nimic de a face cu nașterea, cu obârșia; au legătură cu renașterea launtrică. Brahminii sunt cei care au cunoscut absolutul. Locul lor era în vârf, ei erau florile. Chiar și regii, împărații foarte puternici veneau și se înclinau la picioarele lor. Așa era corect. Un rege, oricât ar fi de mare și tare, e totuși un om de lume, cu eu și ambiție, legat de lucrurile lumești.

Se zice că Buddha a ajuns într-o cetate, iar regele acelei cetăți cam ezita să îi iasă în întâmpinare. Sfetnicul i-a spus că trebuie să se ducă să-l întâmpine. Sfetnicul era foarte bătrân și înțelept. Regele a spus: „Nu are rost să mă duc. E un cerșetor. Să vină el la mine! De ce să mă duc eu până la hotarul regatului ca să-l întâmpin? Eu sunt rege, el e cerșetor”.

Bătrânul sfetnic și-a dat imediat demisia spunând: „Dacă ai căzut atât de jos, nu pot să mai rămân alături de tine. Spui că ești rege, dar nu uita că el a renunțat la regatul lui. Nu are nimic. Trebuie să te duci să te înclini înaintea lui, altfel îmi este cu neputință să rămân în acest palat, alături de tine”. Regele a trebuit să se ducă.

Se zice că atunci când s-a înclinat în fața lui Buddha, buddha a spus: „Nu era nevoie să vii. Am auzit că aveai rețineri să vii. Nu era nevoie, pentru că atunci când omul are rețineri, chiar dacă vine, nu vine. Iar respectul nu poate fi impus. Ori îl ai, ori nu-l ai. Nu era nevoie să vii, veneam eu la tine. Eu sunt cerșetor – tu ești rege”.

Regele a început să plângă. A înțeles tâlcul cuvintelor lui Buddha.

În Orient, brahminii erau în vârf. Asta ar trebui să fie structura corectă a societății. Acum, în toată lumea, politicienii au ajuns în vârf. De aici suferința și haosul, și nu are cum să fie altfel. Vârful a devenit prea greu. Numai florile ar trebui să fie în vârf – cărturarii, poeții, misticii. Nu politicienii.

Locul celor mari și puternici este jos. Locul celor delicați și slabi e în vârf.

Lao Tzu spune să fii delicat și slab dacă vrei să fii în vârf. Fii delicat și slab ca firul de iarbă, nu puternic ca un copac mare.

Lao Tzu manifestă un mare interes față de tot ce e inutil. El spune că a fi inutil înseamnă a fi protejat. Să fii util e periculos, pentru că dacă ești util cineva se va folosi de tine, te va exploata. Dacă ești puternic, vei fi silit să te înrolezi în armată.

Lao Tzu trecea printr-un sat cu discipolii săi și, la un moment dat, a văzut un cocoșat. Le-a spus discipolilor săi: „Duceți-vă la cocoșatul acela și întrebați-l cum se simte, pentru că am auzit că în sat e mare fierbere și multă supărare. Regele i-a luat cu arcanul la oaste pe toți bărbații tineri și puternici”.

Discipolii s-au dus la cocoșat și l-au întrebat cum se simte. Cocoșatul a răspuns: „Sunt fericit! Din cauza cocoșei, pe mine nu m-au luat cu arcanul. Cocoașa m-a salvat”. Discipolii s-au întors și i-au raportat lui Lao Tzu cele auzite. Lao Tzu le-a spus: „Acum țineți minte. Fiți inutili. Altfel veți ajunge niște vite mânate la război”.



Viața poate fi privită din două puncte de vedere.

Primul punct de vedere este cel al utilității; celălalt punct de vedere este al distracției, al plăcerii.

Altădată, trecând printr-o pădure, au ajuns la un copac mare, la umbra căruia s-ar fi putut adăposti zece căruțe cu boi. Toată pădurea era tăiată, o mie de tăietori de copaci munceau acolo, dar nici unul nu se atingea de copacul cel mare. Lao Tzu le-a spus discipolilor săi: „Mergeți și întrebați ce se întâmplă, de ce nu taie acest copac mare?”.

Discipolii s-au dus și au întrebat. Mai-marele tăietorilor de copaci le-a spus: „Copacul ăsta este absolut nefolositor. Crengile lui nu sunt drepte, nu se poate face mobilă din ele, iar ca lemn de foc nu e bun fiindcă scoate foarte mult fum. Și frunzele lui sunt atât de amare că nici animalele nu vor să se atingă de ele. Nu e bun de nimic, și de aceea nu îl tăiem”.

Lao Tzu a început să râdă și le-a spus discipolilor săi: „Fiți ca acest copac, nefolositori. Atunci nu vă va tăia nimeni. Și uitați-vă la acest copac – ce mare a crescut doar fiind nefolositor!”.

Viața poate fi privită din două puncte de vedere. Primul punct de vedere este cel al utilității, fapt care presupune că un lucru trebuie să folosească la ceva, și în acest caz viața devine un mijloc prin care se realizează un anumit scop. Celălalt punct de vedere este al distracției, al plăcerii, iar în acest caz clipa prezentă e totul – există țeluri, nu există scopuri.

Zilele trecute am citit o poezie. Un vers m-a impresionat în mod deosebit. Unul dintre versuri suna așa: „Poezia nu trebuie să aibă sens, ci să fie”. Mi-a plăcut nespun acel vers. Viața nu trebuie să aibă sens, viața trebuie să fie!”. Un scop în sine, care nu duce nicăieri... plăcerea de a fi aici și acum, sărbătoarea

clipei prezente. Numai dacă nu urmărești nici un scop, numai dacă trăiești aici și acum poți să fii moale. Dacă încerci să fii de folos, te vei întări. Dacă încerci să realizezi ceva, te vei întări. Dacă încerci să lupți, te vei întări. Capitulează. Fii moale și gingaș. Și lasă-te dus de râul vieții, oriunde merge el. Țelul întregului să-ți fie țel. Nu urmări vreun țel personal. Fii doar o parte a întregului, și lasă-te călăuzit de el.



Absoarbe ceea ce spun, lasă spusele mele să se sedimenteze în adâncul ființei tale.

Caută să simți ce spun. Aici nu e vorba de înțelegere, nu e vorba de capacitate intelectuală, ci de simțire. Absoarbe ceea ce spun, lasă spusele mele să se sedimenteze în adâncul ființei tale. Iar ce spun eu este: „Viața nu trebuie să aibă sens, viața trebuie să fie”. Dacă vei asimila acest adevăr, vei fi dintr-o dată moale. Toată tăria, rigiditatea va dispărea, se va topi. Pruncul va fi redescoperit; vei redeveni copil, vei avea din nou ochii limpezi ai copilăriei. Atunci verdele copacilor și al ierbii va arăta altfel. Cântecele păsărelelor va suna cu totul altfel. Întregul va avea o cu totul altă semnificație. Nu are sens, are semnificație. Sensul e legat de utilitate, semnificația e legată de plăcere, de bucurie.

Bucură-te de viață și vei fi moale. Contopește-te cu râul vieții.

Fii egoist

Nimeni în afară de ipocriți nu poate fi lipsit de egoism, altruist.

Cuvântul *egoist* a căpătat un sens peiorativ, acuzator, pentru că toate religiile au condamnat egoismul. Ele vor ca oamenii să fie altruști. De ce? Ca să-i ajute pe alții...

Asta îmi aduce aminte de istorioara cu mama și copilul. „Să nu uiți niciodată să-i ajuți pe alții”, i-a spus mama copilului, la care copilul a întrebat: „Și atunci ceilalți ce mai fac?”. „Îi ajută pe alții”, a răspuns mama. „Pare un aranjament ciudat”, a spus copilul. „De ce nu se ajută fiecare pe sine, ca să nu mai complice inutil lucrurile ajutând tot pe altul?”.

Egoismul este firesc. Da, există un moment în care fiind egoist împarți. Când ești într-o stare de bucurie debordantă, poți să împarți. În momentul

de față oameni nefericiți îi ajută pe alți oameni nefericiți, orbi îi conduc pe orbi. Ce ajutor pot oferi ei? Este o idee foarte periculoasă, care s-a răspândit de-a lungul secolelor.

La o școală, învățătoarea le-a spus elevilor: „Măcar o dată pe săptămână trebuie să faceți o faptă bună”. Un elev a spus: „Vă rog să ne dați un exemplu de



Oamenilor li se spune
să-i ajute pe alții, și ei
sunt goi pe dinăuntru.

faptă bună, pentru că noi nu știm ce e bine”. Învățătoarea a spus: „Să zicem că o bătrână oarbă vrea să treacă strada. Fapta bună e să o ajutați să treacă strada”.

După o săptămână, învățătoarea a întrebat în clasă: „În săptămâna care a trecut, a ținut minte vreunul dintre voi să facă ce am spus?”. Trei copii au ridicat mâna. Învățătoarea a spus: „Asta nu e bine – aproape toată clasa nu a făcut nimic. Totuși, e bine că măcar trei elevi au făcut o faptă bună”. L-a întrebat pe primul: „Ce ai făcut?”. Elevul a răspuns: „Exact ce ați spus dumneavoastră. Am ajutat o bătrână oarbă să treacă strada”. „Foarte frumos”, a spus învățătoarea, și l-a întrebat pe următorul: „tu ce ai făcut?”. „Același lucru – am ajutat o bătrână oarbă să treacă strada”, a răspuns al doilea elev. Puțin nedumerită, învățătoarea l-a întrebat și pe al treilea elev ce a făcut, iar acesta a răspuns: „Am făcut exact ce au făcut și ei: am ajutat o bătrână oarbă să treacă strada”.

„Dar unde ați găsit voi trei bătrâne oarbe?” a întrebat învățătoarea, foarte uimită. Unul dintre cei trei elevi a răspuns: „N-ați înțeles – nu au fost trei bătrâne oarbe, a fost una singură. Și ne-a fost tare greu să o ajutăm să treacă strada, s-a zbatut și a țipat și ne-a lovit cu bastonul, pentru că ea nu voia să treacă strada!”.

Oamenilor li se spune să-i ajute pe alții, și ei sunt goi pe dinăuntru. Li se spune să-i iubească pe alții – să-și iubească vecinii, să-și iubească dușmanii – dar niciodată nu li se spune să se iubească pe ei înșiși. Indirect sau direct, toate religiile le spun oamenilor să se urască pe ei înșiși. Omul care se urăște pe sine nu poate iubi pe nimeni, poate doar să se prefacă.

Lucrul fundamental este să te iubești atât de total încât iubirea să se reverse din tine și să ajungă la alții. Eu nu sunt împotriva împărțitului, dar sunt categoric împotriva altruismului. Sunt de acord să împarți, dar mai întâi trebuie să ai ce să împarți. Atunci nu faci nimic din obligați față de cineva –

dimpotrivă, persoana care primește ceva de la tine te îndatorează. Trebuie să fii recunoscător că celălalt nu ți-a respins ajutorul; celălalt a fost generos.

Eu sunt de părere că atunci când omul este foarte fericit, foarte liniștit, foarte mulțumit, starea lui de împlinire îl face să împartă. Are atât de mult, încât trebuie să împartă; e ca un nor de ploaie – trebuie să se scuture, și nu neapărat pentru a astâmpăra setea pământului, ci pentru că e prea plin. Dacă omul este plin de bucurie, plin de lumină, plin de liniște, va împărți aceste lucruri fără să-i spună nimeni, pentru că e o mare bucurie să împărți. E mult mai plăcut să dai decât să primești.

Însă pentru asta trebuie schimbată întreaga structură. Oamenilor nu trebuie să li se spună să fie altruști. Sunt nefericiți – ce pot ei să facă? Sunt orbi – ce pot ei să facă? Și-au ratat viața – ce pot ei să facă? Pot să dea doar ce au. Așa că dau suferință, nefericire, chin, neliniște, oricărui om care intră în contact cu ei. Asta e altruism? Nu, eu aș vrea ca toți oamenii să fie absolut egoști.

Fiecare copac este egoist; el trage apă din pământ pentru rădăcinile lui, aduce sevă pentru ramurile lui, pentru frunzele lui, pentru florile și fructele lui. Iar când înflorește, își dăruiește parfumul tuturor – cunoscuților, necunoscuților, rudelor, străinilor. Când crengile lui sunt încărcate cu fructe, împarte, dăruiește acele fructe. Dar dacă îi înveți pe acești copaci să fie altruști, ei vor muri, așa cum a murit întreaga omenire. Oamenii nu sunt decât niște cadavre ambulante, care se îndreaptă spre cimitir, să odihnească în sfârșit în mormintele lor.

Viața trebuie să fie un dans. Viața fiecărui om poate să fie un dans. Ea trebuie să fie o muzică – și atunci vei putea să împărți, va trebui să împărți. Când ai prea multă fericire, când fericirea nu mai încapă în tine, dă pe afară, trebuie să o împărți, și cu cât o împărți mai mult, cu atât sporește mai mult.

Eu unul propovăduiesc egoismul.



Atunci când omul este foarte fericit, foarte liniștit, foarte mulțumit, starea lui de împlinire îl face să împartă. Are atât de mult, încât trebuie să împartă.

O tehnică de meditație

Simte conștiința fiecărei persoane ca pe propria ta conștiință.

Astfel, lăsând la o parte grija de sine, devii fiecare ființă în parte.

Simte conștiința fiecărei persoane ca pe propria ta conștiință – în realitate este așa, dar nu se simte așa. Conștiința ta o simți ca fiind a ta, iar conștiința celorlalți nu o simți niciodată. Cel mult deduci că și ceilalți sunt conștienți. Te gândești că deoarece tu ești conștient, și alte ființe ca tine trebuie să fie conștiente. Asta e o deducție logică, nu le simți ca fiind conștiente. Este exact ca atunci când ai o durere de cap; simți că te doare capul, ești conștient de durerea de cap. Dar dacă altcineva are o durere de cap, presupui că e așa, pentru că nu simți durerea de cap a celui alt. Presupui că ce spune el e adevărat și că trebuie să aibă ceva ca tine. Dar nu simți.

Simțirea vine numai dacă devii conștient de conștiința celorlalți, altfel este o deducție logică. Crezi, ai încredere că ceilalți spun sincer ceva, și că ce spun ei merită să fie crezut pentru că și tu ai experiențe asemănătoare.

Există un curent filozofic care spune că nu poți cunoaște nimic despre ceilalți, este imposibil. Cel mult poți să deduci, dar să știi cu certitudine e cu neputință. De unde să știi că ceilalți au dureri ca tine, au neliniști ca tine? Nu poți să pătrunzi în ei, poți doar să le atingi suprafața. Ființa lor interioară rămâne necunoscută. Fiecare dintre noi rămâne închis în el însuși.

Lumea din jurul nostru nu e o lume simțită ci doar dedusă logic, rațional. Minte spune că există, dar inima nu e atinsă de ea. De asta ne purtăm cu ceilalți de parcă ar fi lucruri, nu persoane. Relația pe care o avem cu persoanele pare o relație cu niște lucruri. Soțul se poartă cu soția ca și cum ea ar fi un lucru: o stăpânește. Soția își stăpânește soțul ca pe un lucru. Dacă ne-am purta cu ceilalți ca și cu niște persoane, n-am căuta să le stăpânim, pentru că numai lucrurile pot fi stăpânite. Persoana înseamnă libertate. Persoana nu poate fi stăpânită, posedată. Dacă încerci să o stăpânești, o vei omorî, va deveni lucru. Relația noastră cu ceilalți nu e o relație de la om la om, ci o relație de la om la lucru. Celălalt nu e decât un lucru ce trebuie manipulat, folosit, exploatat. De asta iubirea devine tot mai imposibilă, pentru că iubirea înseamnă să-l consideri pe celălalt o persoană, o ființă conștientă, liberă, ceva la fel de valoros ca tine.

Dacă te porți cu ceilalți ca și cu niște lucruri, atunci tu ești centrul, iar ceilalți sunt doar lucruri care trebuie folosite. Lucrurile în sine nu au valoare

– valoarea e că poți să le folosești, ele există pentru tine, ca să le dai o întrebuințare. Casa există pentru tine, este o utilitate, un lucru folositor. Mașina există pentru tine, dar soția nu există pentru tine, există pentru ea însăși. Persoana există pentru sine, asta înseamnă a fi persoană. Și dacă lași persoana să fie persoană și nu o reduci la un lucru, încetul cu încetul începi s-o simți. Altfel nu ai cum. Relația cu ea va rămâne conceptuală, intelectuală, de la minte la minte, de la cap la cap, dar nu de la inimă la inimă.



Simte conștiința
fiecărei persoane ca pe
propria ta conștiință.

Această tehnică spune: *Simte conștiința fiecărei persoane ca pe propria ta conștiință*. Lucrul acesta va fi greu, pentru că mai întâi va trebui să simți persoana ca fiind o persoană, ca fiind o ființă conștientă. Chiar și asta e greu.

Isus spune: „Iubește-ți aproapele ca pe tine însuși”. E același lucru, dar celălalt trebuie mai întâi să devină pentru tine o persoană. Trebuie să existe de drept, nu pentru a fi exploatat, manipulat, folosit, nu ca mijloc ci ca scop în sine. Mai întâi celălalt trebuie să devină o persoană, trebuie să devină un „tu”, la fel de valoros ca tine. Numai atunci se poate aplica această tehnică. *Simte conștiința fiecărei persoane ca pe propria ta conștiință*. Mai întâi simte că celălalt este conștient, că are aceeași conștiință ca tine. Și atunci „celălalt” dispare, și nu rămâne decât conștiința care curge între tine și el. Deveniți doi poli ai unei singure conștiințe curgătoare, ai unui singur curent.

Când două persoane se iubesc profund, nu mai sunt două persoane ci doar doi poli între care curge ceva. Când această curgere există, există fericire, și asta pentru că cele două persoane, preț de o clipă, și-au pierdut eul și au devenit una singură. Acea singură clipă înseamnă extaz, înseamnă fericire, înseamnă paradis.

Această tehnică spune că poți să faci asta cu fiecare persoană. În iubire o faci cu o singură persoană, dar în meditație trebuie să o faci cu fiecare persoană. Oricine se apropie de tine, dizolvă-te pur și simplu în el și simte că nu sunteți două vieți ci o singură viață care curge. Asta înseamnă să-ți schimbi structura psihologică. O dată ce știi cum, o dată ce ai făcut-o, e foarte ușor. La început pare imposibil, pentru că suntem împotmoliți până în gât în eul nostru. E greu să-ți pierzi eul, e greu să devii o curgere. De aceea e bine ca la început să încerci cu ceva care nu te sperie, de care nu ți-e frică.



Tu încerci să-i
transformi pe alții în
lucruri, și alții încearcă
să te transforme pe tine
– și nimeni nu vrea să fie
un lucru, nimeni nu vrea
să fie un mijloc, nimeni
nu vrea să fie folosit.

Poți să începi, de exemplu, cu un copac – va fi mai ușor, pentru că de copac nu ți-e frică. Așază-te lângă un copac și simte copacul, simte că devii una cu el, că în tine există o curgere, o comunicare, un dialog, o contopire. Apoi așază-te lângă un râu și simte curgerea, simte că te contopești cu râul, că devii una cu râul. Întinde-te sub cerul liber și simte că tu și cerul deveniți una. La început va fi doar imaginație, dar încetul cu încetul vei simți că, prin imaginație, atingi realitatea.

Apoi încearcă același lucru cu diverse persoane. La început va fi greu, pentru că există o teamă. Din cauză că reduci persoanele la lucruri, ți-e teamă că dacă lași pe cineva să fie foarte intim cu tine, și el te va

reduce pe tine la un lucru. Asta e teama. De aceea nimeni nu permite multă intimitate, întotdeauna păstrează o distanță și se păzește. E periculos să fi prea apropiat de cineva, pentru că te poate transforma într-un lucru, poate încerca să te stăpânească. Asta e teama. Tu încerci să-i transformi pe alții în lucruri, și alții încearcă să te transforme pe tine – și nimeni nu vrea să fie un lucru, nimeni nu vrea să fie un mijloc, nimeni nu vrea să fie folosit. Este extrem de degradant să fii redus la un mijloc pentru ceva, să nu fi prețuit ca persoană. Dar toată lumea încearcă. Din cauza asta există o teamă adâncă, și va fi greu de început această tehnică mai întâi cu persoane.

Așa că începe cu un râu, cu un deal, cu stelele, cu cerul, cu copacii. () dată ce ajungi să cunoști sentimentul pe care îl ai când devii una cu copacul, o dată ce ajungi să știi ce fericit ești când devii una cu râul, poți să încerci și cu persoanele. Fericirea de a fi una cu o altă persoană este mult mai mare, pentru că persoana e o ființă mult mai evoluată, e un fenomen superior. Cu o persoană poți să atingi cele mai înalte culmi ale existenței. Dacă poți să devii extatic chiar și cu o piatră, cu o persoană extazul pe care îl simți e divin.

Dar începe cu ceva de care nu îți este frică. Sau, dacă există o persoană pe care o iubești, de care nu te temi, cu care poți fi cu adevărat intim și apropiat fără frică, fără să te gândești că ar putea încerca să te transforme într-un lucru, dacă există o astfel de persoană, încearcă tehnica aceasta cu ea. Pierde-te

conștient în ea. Când te pierzi conștient în cineva, acel cineva se va pierde în tine; când ești deschis și curgi în celălalt, celălalt începe să curgă în tine și se produce o contopire, o comuniune adâncă. Două energii se topesc una în cealaltă. În acea stare nu există eu, nu există individ – există doar conștiență. Și dacă acest lucru e posibil cu un individ, este posibil cu întregul univers. Ceea ce sfinții au numit extaz, *samadhi*, este doar un fenomen de adâncă iubire dintre o persoană și întregul univers.

Simte conștiența fiecărei persoane ca pe propria ta conștiență. Astfel, lăsând la o parte grija de sine, devii fiecare ființă în parte. Devii copacul, devii râul, devii soția, devii soțul, devii copilul, devii mama, devii prietenul – lucrul acesta se poate practica în fiecare clipă a vieții. Dar la început va fi greu. Așa că fă-o măcar o oră pe zi. În acea oră, fii una cu tot ce se petrece în jurul tău.

Așază-te lângă copac și simte că devii una cu copacul. Iar când vine vântul și copacul începe să se clatine și să tremure, simte în tine acel clătinat și acel tremurat; când soarele răsare și copacul prinde viață, simte în tine acea viață; când vine ploaia și copacul e satisfăcut și mulțumit după o lungă așteptare în care i-a fost sete, simte-te și tu satisfăcut și mulțumit o dată cu el, și atunci vei ajunge să cunoști stările subtile ale copacului, nuanțele lui.

Ai văzut mulți ani acel copac, dar nu i-ai cunoscut stările de spirit. Uneori e fericit; alteori e nefericit. Uneori e trist, îngrijorat, frustrat; alteori e foarte fericit, extatic. Are și el stări de spirit. Copacul e viu și simte. Și dacă devii una cu el, vei simți și tu ce simte el. Atunci vei simți dacă este tânăr sau bătrân, dacă este mulțumit de viața lui, sau nemulțumit, dacă este îndrăgostit de existență sau nu; dacă este violent sau plin de compasiune. Așa cum te schimbi tu în fiecare clipă, se schimbă și copacul – dacă simți o afinitate profundă cu el, e ceea ce se cheamă empatie.

Empatia înseamnă că rezonezi atât de bine cu cineva, îi împărtășești atât de total sentimentele încât devii una cu el, te identifici cu el. Stările copacului devin și stările tale. Iar



Când te pierzi
conștient în cineva,
acel cineva se va
pierde în tine; când
ești deschis și curgi în
celălalt, celălalt începe
să curgă în tine și se
produce o contopire, o
comuniune adâncă.

pe urmă, dacă această afinitate se adâncește, poți să vorbești, poți să comunici cu copacul. O dată ce îi cunoști stările începi să îi înțelegi limba, și copacul



Alocă-ți zilnic o oră
pentru a intra într-o
stare de spirit evlavioasă,
în care vorbele nu au ce
căuta, în care să existe
numai simțire.

îți va împărtăși gândurile. Îți va împărtăși suferințele și bucuriile lui.

Și acest lucru se poate întâmpla cu întregul univers.

Măcar o oră pe zi încearcă să fii într-o relație de empatie cu ceva, să te identifice cu ceva. La început ți se va părea o prostie, vei gândi: „De ce fac eu prostia asta?”. Te vei uita în jur, gândindu-te că dacă te vede cineva, o să creadă că ai înnebunit. Dar asta numai la început. O dată ce intri în această lume a empatiei, toți ceilalți ți se vor părea ție nebuni. Pierd inutil atâtea lucruri! Viața își oferă din

abundență darurile, și ei le ratează. Le ratează pentru că sunt închiși, nu lasă viața să intre în ei. Iar viața poate să intre în tine numai dacă intri tu în viață prin multe moduri, pe multe căi. Identifică-te cu ceva măcar o oră pe zi.

La începuturile fiecărei religii, acesta era sensul rugăciunii. Sensul rugăciunii era să fii într-o relație de afinitate cu universul, să comunici profund cu universul. Când te rogi, vorbești cu Dumnezeu – Dumnezeu înseamnă totalitatea. Poate că uneori ești supărat pe Dumnezeu, alteori îi ești recunoscător, însă un lucru e sigur – comunici cu el. Dumnezeu nu e un concept, e o relație intimă, profundă. Asta înseamnă rugăciunea.

Însă rugăciunile noastre nu mai au nici un sens pentru că nu știm să comunicăm cu ființele. Și dacă nu știm să comunicăm cu ființele, cum putem să comunicăm cu Ființa – Ființa cu „F” mare! E imposibil. Dacă nu știm să comunicăm cu un copac, cum să comunicăm cu existența? Și dacă ți se pare o prostie să vorbești cu un copac, să vorbești cu Dumnezeu ți se va părea o prostie și mai mare. Alocă-ți zilnic o oră pentru a intra într-o stare de spirit evlavioasă, în care vorbele nu au ce căuta, în care să existe numai simțire. Mergi la copac, atinge-l, îmbrățișează-l, sărută-l, închide ochii și fii cu copacul ca și cum ai fi cu persoana iubită. Simte-l. Și curând vei înțelege ce înseamnă să lași sinele deoparte, ce înseamnă să devii celălalt.

Simte conștiința fiecărei persoane ca pe propria ta conștiință. Astfel, lăsând la o parte grija de sine, devii fiecare ființă în parte.

Pe calea spre intimitate

Răspunsuri la întrebări

Oamenii pun întrebări care îi fac să se simtă foarte cunoscători. Vor să pună întrebări nu ca să primească răspunsuri, ci doar ca să-și arate cunoștințele. Însă eu sunt o persoană nebună: nu răspund niciodată la întrebările care vin din cunoaștere – le arunc pur și simplu.

Eu răspund numai la întrebările care deschid răni, pentru că o dată ce rănilor sunt deschise există posibilitatea de vindecare. O dată ce te expui, ești pe calea transformării. Și dacă nu îți arăți adevărata față, e cu neputință să faci vreo schimbare în viața ta, e imposibil să faci vreo transformare în conștiința ta.

De ce mă sperie oamenii atrăgători?

Oamenii atrăgători sunt înfricoșători din multe motive. În primul rând, cu cât te atrage mai mult o persoană, cu atât mai mare e probabilitatea de a cădea în mrejele ei, și lucrul acesta te sperie. Ți-e teamă că farmecul, magnetismul, vraja persoanei respective vor pune stăpânire pe tine, și te vor reduce la condiția de sclav.

Oamenii atrăgători *sunt* atrăgători și, totuși, înfricoșători. Sunt frumoși, ți-ar plăcea să ai o relație cu ei, dar asta ar însemna să-ți pierzi libertatea. O relație cu ei ar însemna să nu mai fii tu însuși. Ți-e teamă că, pentru că sunt atrăgători, n-ai să poți să îi părăsești, te vei agăța de ei. Îți cunoști tendința, știi că, cu cât e mai atrăgătoare persoana, cu atât mai tare te vei agăța de ea, cu atât mai dependent vei fi de acea persoană, și asta te sperie.

Nimeni nu vrea să depindă de cineva. Libertatea este bunul cel mai de preț, mai de preț chiar și decât iubirea. Libertatea este valoarea supremă; iubirea vine după ea, e pe locul al doilea. Și între iubire și libertate există un conflict permanent. Iubirea încearcă să devină valoarea supremă. Nu este. Și pentru a fi valoarea supremă, iubirea caută să distrugă libertatea. Iar cei care iubesc libertatea se tem de iubire.

Iubirea înseamnă să fii atras de o persoană atrăgătoare. Cu cât e mai frumoasă persoana, cu atât mai atras ești de ea, și frica de a nu scăpa ușor din mrejele ei e mai mare. Dacă persoana e urâtă ești liber, nu ai cum să devii prea dependent de ea.

Mulla Nasruddin s-a însurat cu cea mai urâtă femeie din oraș. Nimănui nu i-a venit să creadă. Oamenii l-au întrebat: „Ce-ai pățit, Nasruddin? Tocmai cu urâta asta te-ai însurat?”.

Nasruddin a răspuns: „Am avut eu o logică. Este singura femeie de care pot să scap oricând. Nu o să fie greu să scap. Este singura femeie din oraș în care pot să am încredere. Oamenii frumoși nu sunt demni de încredere. Se



Persoanele frumoase
sunt periculoase. Ele își
permit să se lupte.

îndrăgostesc ușor pentru că mulți sunt atrași de ei. În femeia asta pot să am încredere că va fi mereu sinceră cu mine. N-am să-mi fac griji din pricina ei. Am să pot pleca luni întregi din oraș, fără nici o teamă. Femeia mea va rămâne a mea”.

Concluzia care poate fi trasă din cele de mai sus este următoarea: dacă persoana e urâtă, poți să o stăpânești. Persoana urâtă depinde de tine. Dacă persoana e frumoasă, vei fi stăpânit de ea. Frumusețea înseamnă putere, putere extraordinară.

Persoana urâtă va deveni o sclavă, o servitoare. Va încerca în orice fel să compenseze frumusețea care îi lipsește. Femeia urâtă va fi o soție mai bună decât femeia frumoasă. Va avea mai multă grijă de tine, pentru că știe că trebuie să dea ceva în schimbul frumuseții care îi lipsește. Va fi foarte bună cu tine, nu te va cicăli, nu se va certa cu tine, nu îți va căuta mereu don în papură – nu își va permite.

Persoanele frumoase sunt periculoase. Ele își permit să se lupte. Așadar, acestea sunt motivele.

Mă întrebi: „De ce mă sperie oamenii atrăgători?”.

Pentru că ți-e frică de ei, pentru că te temi că îți vei pierde libertatea. Atracția și teama sunt două aspecte ale aceluiași fenomen. Întotdeauna ești atras de persoana de care îți este teamă cel mai tare. Ți-e teamă că vei fi pe locul al doilea.

De fapt, oamenii vor imposibilul. O femeie vrea un bărbat, pe cel mai frumos, pe cel mai puternic bărbat din lume, dar vrea și ca el să rămână

interesat numai de ea. Asta este o pretenție imposibilă. Omul cel mai frumos și cel mai puternic stârnește interesul multor oameni și, la rândul lui, e interesat de mulți oameni. Bărbatul vrea cea mai frumoasă femeie din lume, dar mai vrea și ca ea să-i rămână veșnic credincioasă, devotată. E un lucru greu, dacă nu cumva imposibil.

Și, reține; dacă o femeie ți se pare foarte frumoasă, asta arată pur și simplu că tu nu ești prea frumos. Și atunci te temi că, nepărându-i frumos, te-ar putea părăsi. Acestea sunt problemele, însă ele apar numai din cauză că iubirea ta nu e iubire adevărată, ci doar un joc. Când iubirea e adevărată, nu te mai gândești la viitor. Pentru iubirea adevărată, ziua de mâine nu există; pentru iubirea adevărată, timpul nu există.

Dacă iubești o persoană, o iubești pur și simplu, fără să-ți pese ce o să se întâmple mâine. Ziua de azi e totul, clipa aceasta e veșnicia. Ce va fi mâine, vei vedea... când va veni ziua de mâine. Iar ziua de mâine nu vine niciodată. Iubirea adevărată este a prezentului.

Să nu uiți niciodată: tot ce e adevărat face parte din prezent, face parte din meditație, face parte din conștientizare. Așadar, dacă ceva e adevărat, nu mai există nici o problemă – atracția și teama nu mai au ce căuta într-o iubire adevărată.

Iubirea adevărată înseamnă să împarți, nu să-l exploatezi pe celălalt, nu să-l stăpânești pe celălalt. Problema apare când vrei să-l stăpânești pe celălalt – s-ar putea ca celălalt să te stăpânească. Iar dacă celălalt e mai puternic, are mai mult magnetism, firește că tu vei fi sclavul. Dacă vrei să fii stăpânul celuilalt, ți-e teamă să nu fii tu redus la condiția de sclav. Dacă nu vrei să-l stăpânești pe celălalt, în inima ta nu încolțește teama că celălalt te-ar putea stăpâni pe tine. Iubirea nu stăpânește niciodată.

Iubirea nu stăpânește, și iubirea nu poate fi stăpânită. Adevărata iubire te duce la libertate. Libertatea este cea mai înaltă culme, este valoarea supremă. Iar iubirea vine imediat după ea. Următoarea valoare după libertate este iubirea. Iubirea nu este împotriva libertății. Iubirea este piatra de sprijin către libertate. Conștientizarea îți arată limpede că iubirea trebuie folosită ca piatră de sprijin



Să nu uiți niciodată:
tot ce e adevărat face
parte din prezent, face
parte din meditație,
face parte din
conștientizare.

pentru libertate. Dacă iubești, îi dai libertate celui alt. Iar când îi dai celui alt libertate, primești libertate de la el.

Iubirea înseamnă împărtășire, nu exploatare. Și, de fapt, iubirea nici nu gândește în termeni de frumos și urât. Iubirea nu gândește de loc – ea doar acționează, reflectează, meditează. Da, se întâmplă uneori să te potrivești cu cineva – dintr-o dată totul intră în armonie. Nu e o chestiune de frumusețe sau urâtenie, e o chestiune de armonie, de ritm.

George Gurdjieff spunea că fiecărui bărbat îi corespunde o femeie undeva pe pământ, și fiecărei femei îi corespunde un bărbat undeva pe pământ. Fiecare se naște cu opusul polar. Dacă cei doi se găsesc, totul intră imediat în armonie. Centrele celor doi funcționează armonios – asta e iubire. Însă foarte rar găsești un cuplu care se potrivește cu adevărat. Societatea noastră are atâtea tabuuri, atâtea inhibiții încât e aproape imposibil să îți găsești adevărata pereche, „jumătatea”, cum se spune.

În mitologia orientală avem o legendă frumoasă care spune că atunci când s-a creat lumea, fiecare copil se năștea cu perechea lui, din aceeași mamă: un băiat, o fată. Gemeni, care se potriveau din toate punctele de vedere, care erau în armonie în toate privințele. Apoi omul a căzut în dizgrație – exact ca ideea păcatului original – și, ca pedeapsă, nu s-au mai născut cupluri din aceeași mamă. Și totuși, se nasc, deși nu din aceeași mamă. Gurdjieff are dreptate, și eu sunt de părere că fiecare persoană are undeva o pereche divină. Însă e foarte greu să se găsească, pentru că unul poate să fie alb, iar celălalt negru, unul poate să fie chinez, iar celălalt neamț.

În realitate, problema frumuseții și a urâteniei e o problemă falsă. Nimeni nu e urât, și nimeni nu e frumos. Persoana urâtă se poate potrivi cu cineva, și atunci pentru acel cineva, persoana urâtă va fi frumoasă. Nu te îndrăgostești de o persoană frumoasă; procesul este exact invers. Când te îndrăgostești de o persoană, persoana aceea ți se pare frumoasă. Iubirea introduce ideea de frumusețe, nu invers. Însă rar se întâmplă să găsești o persoană care să se potrivească întru totul cu tine. Iar dacă ai norocul să o întâlnești, viața e un cântec. Atunci există două trupuri și un singur suflet – acesta este cuplul adevărat. Și atunci iubirea duce în mod firesc la meditație.

Oamenii n-ar trebui să se grăbească să se căsătorească. Graba e periculoasă; ea aduce numai divorțuri, sau o viață de lungă, lungă suferință. Copiii ar trebui lăsați să se întâlnească și să se cunoască, iar noi trebuie să renunțăm la tabuuri și inhibiții, căci nu mai sunt relevante.

Trăim într-o epocă post-tehnologică; omul s-a maturizat și trebuie să schimbe multe lucruri, pentru că multe lucruri sunt greșite, nu mai corespund vremurilor moderne pe care le trăim. De exemplu, acum bărbatul și femeia pot trăi împreună, nu au de ce să se grăbească să se căsătorească. Iar dacă femeia cunoaște mulți bărbați, și bărbatul cunoaște multe femei, fiecare știe cu cine se potrivește, și cu cine nu se potrivește. După o perioadă

de stat împreună, elementele fizice care au constituit atracția inițială nu mai contează. Frumusețea chipului, lungimea nasului, alte elemente anatomice își pierd importanța, și singurul lucru care contează este armonia spirituală.

Până acum, căsătoria a fost o afacere foarte urâtă. A fost inventată de preoți, și are o vechime de cinci mii de ani pe acest pământ. Motivul pentru care au inventat-o preoții a fost că, dacă oamenii sunt nefericiți, se duc la biserică, la templu; dacă oamenii sunt nefericiți, sunt gata să renunțe la viață. Dacă oamenii sunt nefericiți, sunt în mâinile preoților! Dacă oamenii ar fi fericiți, n-ar avea nici o treabă cu preoții. Este evident – dacă ești sănătos, n-ai nici o treabă cu doctorul; dacă ești întreg la minte, n-ai ce să cauți la psihiatru. Dacă ești întreg spiritual, n-ai nici o legătură cu preotul.

Și cea mai mare discordanță spirituală este produsă de căsătorie. Preoții au creat iadul pe pământ, ca oamenii să vină la ei și să-i întrebe ce să facă, iar ei să îi învețe cum să scape de viață.

Eu mă străduiesc să fac exact invers: vreau să creez raiul aici și acum, ca să nu mai fie nevoie să scapi de ceva. Nu e nevoie de așa-zisele religii vechi. E nevoie de mai multă muzică, e nevoie de mai multă poezie, e nevoie de mai multă artă. Cu siguranță, e nevoie de mai mult misticism. E nevoie de mai multă știință, și atunci se va naște un cu totul alt gen de religie, o religie nouă. O religie care nu va propovădui ideologiei anti-viață, ci care îi va ajuta pe oameni să trăiască mai armonios, mai sensibil, mai centrați, înrădăcinați în pământ. O religie care îi va învăța pe oameni arta vieții, filozofia vieții.

Mă întrebi de ce te sperie oamenii atrăgători. Pentru că în adâncul ființei tale, la fel ca la toată lumea, există căutarea celuilalt pol, și nu vrei să te încurci cu cineva care s-ar putea să nu fie celălalt pol. Însă nu ai cum să găsești celălalt pol decât implicându-te în multe prietenii, în multe relații de iubire. Dacă vrei



Cea mai mare
discordanță spirituală
este produsă de
căsătorie.



Urâţenia poate avea
avantajele ei, dar nu îţi
va oferi mulţumire.

cu adevărat să îţi găseşti jumătatea, trebuie să treci prin multe legături de iubire. Lasă-ţi teama deoparte...

Şi dacă te asociezi cu oameni urâţi din teama de oameni frumoşi, asta nu o să te mulţumească.

Familia Cohen a închiriat un apartament mobilat. Domnul Cohen considera că

locuinţa întrunea toate cerinţele sale, dar doamna Cohen nu era încântată.

– Nu-mi place apartamentul ăsta, a spus ea.

– De ce, Rachel, care-i problema? E un apartament frumos, cu cele mai moderne dotări. Iluminatul e grozav, instalaţiile sanitare sunt bune, e apă caldă şi apă rece. Ce nu-ţi place?

– Nu-mi place că nu sunt perdele în baie. De fiecare dată când am să fac baie, vecinii or să se uite la mine.

– Nici o problemă, Rachel – dacă vecinii or să te vadă, or să cumpere *ei* perdele!

Urâţenia poate avea avantajele ei, dar nu îţi va oferi mulţumire. Şi dacă ţi-e frică de oamenii frumoşi, asta înseamnă că în realitate ţi-e frică să te implici într-o relaţie intimă, profundă, că vrei să păstrezi o distanţă astfel încât să poţi să fugi oricând vei considera de cuviinţă. Însă nu așa se află secretele iubirii. Trebuie să fii absolut vulnerabil. Trebuie să-ţi lepezi armura, să renunţi la apărare.

Dacă o relaţie cu o persoană frumoasă te sperie, nu-i nimic, intră în ea, şi frica va dispărea. Singurul mod de a scăpa de frică este să intri în lucrul de care ţi-e frică. Dacă cineva vine la mine şi îmi spune „Mi-e frică de întuneric”, eu îi propun următorul lucru: „Du-te noaptea în afara oraşului, şi aşază-te sub un copac. Stai acolo singur, în bezna nopţii. Tremură, transpiră de frică, dar stai acolo! Cât ai să dârdâi de frică? Încetul cu încetul, lucrurile se vor aşeza. Inima va începe să bată normal şi, la un moment dat, vei constata că întunericul nici nu e chiar atât de înspăimântător. Încetul cu încetul îţi vei da seama de frumuseţile întunericului – profunzimea lui, atingerea catifelată a lui, liniştea lui, armonia lui, muzica lui. Şi când frica va dispărea, îţi vei da seama cu uimire că întunericul nu e atât de negru, ci are luminozitatea lui. Vei începe să vezi câte ceva – vag, nu clar. Dar claritatea face ca lucrurile să fie lipsite de adâncime, pe când neclaritatea le conferă profunzime şi mister.

Lumina nu poate fi niciodată atât de misterioasă ca întunericul. Lumina e foarte prozaică; întunericul e poetic. Lumina e goală și, ca atare, cât îți va reține interesul? Dar întunericul e înfășurat în văluri; el îți stârnește un mare interes, multă curiozitate, și dorința de a-l dezvălui”.

Dacă ți-e frică de întuneric, intră în întuneric. Dacă ți-e frică de iubire, intră în iubire. Dacă ți-e frică să fii singur, du-te în munți și fii singur. Numai așa poți să scapi de frică.

Odată a fost adus la mine un tânăr – era profesor la un colegiu – și problema era că mergea ca o femeie. Iar să fii profesor la un colegiu și să mergi ca o femeie este jenant. Era foarte stânjenit și nu știa ce să mai facă, încercase tot felul de metode ca să nu mai meargă așa. I-am spus: „Așa ceva nu se poate, un bărbat nu poate să meargă ca o femeie – ce faci tu seamănă cu o minune! Ca să mergi ca o femeie, trebuie să ai uter; rotunjimea uterului le face pe femei să meargă altfel decât bărbații. Aliniamentul corpului lor este diferit de al bărbaților. Ce faci tu e o minune, ar trebui să fii mândru de asta.

Ia arată-mi și mie cum mergi tu ca o femeie. Plimbă-te prin fața mea, să văd cum mergi ca o femeie”. Tânărul a încercat și a dat greș. Nu a putut să meargă ca o femeie. I-am spus: „vezi, asta e secretul. Până acum te-ai străduit să *nu mergi* ca o femeie. De acum înainte, încearcă în mod deliberat să mergi ca o femeie. Cauza întregii probleme a fost efortul tău de a nu merge ca o femeie. Asta a devenit o obsesie, o hipnoză. Te-ai hipnotizat singur. Singura cale de a te dehipnotiza este să faci un efort deliberat de a merge ca o femeie. Întoarce-te la colegiu, și mergi pe coridoare, și încearcă în toate felurile cu puțință să arăți că ești femeie”.

Tânărul a încercat și a dat greș, și de atunci nu a mai mers ca o femeie. Dacă ți-e frică de oamenii atrăgători, e același lucru. Nu contează că ți-e frică de întuneric, sau că mergi ca o femeie, sau că ți-e frică de oamenii atrăgători. Frica e frică, și ea trebuie nimicită, pentru că este un proces paralizant, un proces care mutilează.

Și singurul mod de a o nimici, de a o dizolva este să intri în ea. Experiența eliberează. E mai bine să înveți. E mai bine să scapi de frică. E mai bine să ai



Dacă ți-e frică de
întuneric, intră în
întuneric. Dacă ți-e
frică de iubire, intră în
iubire.



Fiecare om are ceva frumos. Existența l-a dăruit pe fiecare om cu ceva frumos.

relații cu oamenii. Și, având relații cu oamenii, vei descoperi că fiecare om are ceva frumos în el. Nimeni nu este lipsit de frumusețe. Poate că frumusețea are dimensiuni diferite – un om are fața frumoasă, altul are glasul frumos, altul are corpul frumos, iar altul are mintea frumoasă. Fiecare om are ceva frumos. Existența l-a dăruit pe fiecare om cu ceva frumos.

Și singurul mod de a lua contact cu frumusețea unei persoane este să devii intim

cu ea, să te lepezi de frică, să renunți la apărare. Și vei constata cu surprindere că Dumnezeu se exprimă în forme diferite – Dumnezeu e frumusețe.

În Orient avem trei cuvinte pentru Dumnezeu: *satyam* – adevăr, *shivam* – binele suprem, *sundram* – frumusețea supremă. Și frumusețea este ultima – Dumnezeu este frumos, Dumnezeu este frumusețe. Ori de câte ori găsești frumusețe, ea e reflectarea frumuseții lui Dumnezeu. Și dacă ți-e frică de reflecție, cum să intri în legătură cu adevărata ei sursă? Reflecția există ca să înveți lecția, astfel ca într-o bună zi să poți intra în legătură cu adevărata sursă.

De ce sunt conștient de mine?

Libertatea este țelul vieții. Fără libertate, viața nu are nici un sens. Prin „libertate” nu se înțelege libertate politică, socială sau economică. Prin „libertate” se înțelege independența față de timp, independența față de minte, independența față de dorință. În clipa în care mintea nu mai este, ești una cu universul, ești la fel de vast ca universul însuși.

Mintea este bariera dintre tine și realitate, și din cauza acestei bariere rămâi închis într-o celulă întunecoasă, în care nu pătrund niciodată lumina și bucuria. Duci o viață nefericită din cauză că nu ai fost menit să trăiești într-un spațiu atât de restrâns. Ființa ta vrea să se dilate până la sursa existenței. Ființa ta tânjește să fie oceanică, iar tu nu ești decât o picătură. Cum să fii mulțumit? Cum să fii fericit? Duci o viață nefericită din cauză că trăiești întemnițat.

Gautama Buddha spune că *tanha* – dorința – este cauza nefericirii noastre, pentru că dorința creează mintea. Dorința înseamnă crearea viitorului, ea te proiectează în viitor, ea aduce azi ziua de mâine, făcând ca ziua de azi să dispară,

să nu o mai vezi. Dacă aduci azi ziua de mâine va trebui să porți povara tuturor zilelor de ieri, pentru că ziua de mâine se hrănește numai cu zilele de ieri.

Fiecare dorință se naște din trecut, și fiecare dorință e proiectată în viitor. Trecutul și viitorul constituie mintea. Analizează mintea și vei descoperi doar două lucruri: trecutul și viitorul. Nu vei găsi dram de prezent, nici măcar un atom. Iar prezentul este singura realitate, singura existență, singurul dans.

Prezentul există numai când mintea a încetat complet să funcționeze. Când trecutul nu te mai împovărează și viitorul nu te mai stăpânește, când ești deconectat de la amintiri și închipuiri. În acel moment ești un nimeni.

Iar când ești un nimeni, nimeni nu îți poate face rău. Neavând eu, nu poți să fii rănit. Eul e cel care caută să fie rănit; el există prin răni. Toată existența lui depinde de suferință, de durere.

Când ești un nimeni, chinul și neliniștea sunt absolut imposibile. Când ești un nimeni, în ființa ta e multă tăcere, mult liniște, nu există nici un zgomot. Trecutul s-a dus, viitorul a dispărut, ce să mai faci zgomot? Iar tăcerea care se aude este celestă, este sacră. Pentru prima dată, în acel spațiu al non-minții, devii conștient de eterna sărbătoare care are loc la nesfârșit. Din asta e făcută existența.

În afară de om, întreaga existență e fericită. Numai omul a luat-o pe un drum greșit, și asta din cauză că numai omul are conștiință.

Ei bine, conștiința are două posibilități; una dintre ele este să devină în tine o lumină puternică, atât de strălucitoare încât până și soarele să pară palid în comparație cu ea... Buddha spune că atunci privești în tine în absența minții, totul e lumină, lumină eternă. Totul e bucurie, pură, necontaminată, nepoluată. Măreția ei nu se poate descrie, frumusețea ei nu se poate exprima, fericirea pe care o dă este nepuizabilă. *Aes dhammo sanantano* – „astfel este legea supremă”.

Dacă ți-ai lăsa mintea deoparte, ai deveni conștient de jocul cosmic. Atunci ai fi numai energie, iar energia este întotdeauna aici și acum. Asta e o posibilitate – să devii conștiință pură.

Cealaltă posibilitate e să fii conștient de tine. Atunci devii o entitate separată de lume. Atunci devii o insulă, definit, bine definit. Atunci ești limitat, pentru că toate definirile limitează. Atunci ești într-o celulă de închisoare, o



Fiecare dorință se
naște din trecut, și
fiecare dorință e
proiectată în viitor.

celulă foarte întunecoasă, cufundată în beznă, în care lumina nu pătrunde niciodată. Și celula de închisoare te mutilează, te paralizează.

Conștiința de sine devine sclavie; sinele este sclavia. Conștiința este libertate. Leapădă sinele și fii conștient. Acesta este mesajul pe care l-au transmis toți buddha-șii din toate vremurile. Esența mesajului este foarte simplă: leapădă sinele, eul, mintea, și fii. În clipa de față, când domnește această liniște, cine ești? Un nimeni, o nonentitate. N-ai nume, n-ai formă. Nu ești nici bărbat, nici femeie, nici hindus, nici mahomedan. Nu aparții nici unei țări, nici unei națiuni, nici unei rase. Nu ești trupul, și nu ești mintea.

Atunci, ce ești? Ce ești în această tăcere? Doar o pace, doar o liniște... și din acea pace, din acea liniște începe să iasă la suprafață o mare bucurie, fără nici un motiv. Este natura ta spontană.

Arta de a lăsa mintea deoparte este tot secretul religiozității, pentru că atunci când lași mintea deoparte ființa ta explodează în o mie și una de culori. Devii curcubeu, devii floare de lotus, o floare de lotus cu o mie și una de petale. Dintr-o dată te deschizi, și atunci toată frumusețea existenței – care e infinită – este a ta. Atunci toate stelele de pe cer sunt în tine. Atunci nici chiar cerul nu te mai limitează – nu mai ai limite.

Liniștea îți dă șansa să te topești, să dispari, să te evaporezi. Iar atunci când nu ești, ești; pentru prima dată, ești. Când nu ești, este Dumnezeu, este nirvana, este iluminarea. Când nu ești, totul se găsește. Când ești, totul e pierdut.

Omul a devenit conștient de sine; acesta este drumul greșit pe care a luat-o, acesta este păcatul originar. Toate religiile vorbesc într-un fel sau altul despre păcatul originar, dar cea mai bună poveste despre el o are creștinismul. Păcatul originar a fost faptul că omul a mâncat din pomul cunoașterii. Când mănânci din pomul cunoașterii, fructele cunoașterii, apare conștiința de sine.

Cu cât ești mai cunoscător, cu atât ești mai egoist... de aici eul cărturarilor, al *pundiților*, al *maulvișilor*. Cunoașterea, scripturile, sistemele de gândire împodobesc eul. Însă ele nu te fac inocent, nu îți dau calitatea copilărească de deschidere, de încredere, de iubire, de zburdălnicie. Încrederea, iubirea, zburdălnicia, mirarea dispar când ești foarte cunoscător.

Iar noi suntem învățați să fim cunoscători. Nu suntem învățați să fim inocenți, nu suntem învățați să simțim minunăția existenței. Ni se spun numele florilor, dar nu suntem învățați să dansăm în jurul florilor. Ni se spun numele munților, dar nu suntem învățați să comunicăm cu munții, să comunicăm cu stelele, să comunicăm cu copacii, să fim în armonie cu existența.

Dacă nu ești în armonie cu existența, cum să fii fericit? Poți să fii fericit numai când dansezi cu existența, ca parte a ei, numai când faci parte din această orchestră mare, când nu îți cânti separat cântecul. Numai când se contopește cu existența omul e liber.

**Când mă apropii cu adevărat de oameni, simt că mă pierd pe mine.
Cum să rămân eu însumi?**

Fiecare om vrea să fie ieșit din comun, vrea să fie extraordinar. Asta caută eul – să fie ceva deosebit, să fie ceva unic, incomparabil. Iar paradoxul e că, cu cât te străduiești mai mult să fii excepțional, cu atât mai obișnuit pari, pentru că toată lumea umblă după extraordinar. E o dorință extrem de răspândită. Dacă vrei să fii obișnuit, însăși căutarea de a fi obișnuit este extraordinară, pentru că rareori vrea ceva să fie un nimeni, rareori vrea ceva să fie doar un spațiu gol. Într-un fel, chiar este extraordinar, pentru că nimeni nu vrea asta. Iar când devii obișnuit, devii extraordinar și, firește, descoperi dintr-o dată că, fără să cauți, ai devenit unic.

De fapt, fiecare om este unic. Dacă n-ai alerga întruna după țeluri, ți-ai da seama că ești unic. Nu ai ce să descoperi, totul există deja. Iar a fi înseamnă a fi unic. Nu există alt mod de a fi. Fiecare frunză dintr-un copac e unică, fiecare pietricică de pe țarm e unică – n-ai să găsești pe tot pământul o pietricică la fel.

Nu există două lucruri la fel, așa că nu ai nevoie să fii ceva. Fii tu însuși și, dintr-o dată, ești unic, incomparabil.

Țin să repet: dorința de a fi neobișnuit este foarte obișnuită, pentru că toată lumea o are. Iar înțelepciunea de a fi obișnuit este foarte neobișnuită, pentru că rareori se întâlnește – numai un Buddha, un Lao Tzu o au. Fiecare om caută să fie unic, și nimeni nu reușește.

Cum să fii mai unic decât ești deja? Unicitatea există deja; trebuie să descoperi. Nu trebuie s-o inventezi; e ascunsă în tine. Trebuie doar să o scoți la suprafață, atâta tot. Această unicitate nu trebuie cultivată. Ea e comoara ta. O porți mereu cu tine. Este chiar ființa ta. Trebuie doar să închizi ochii și să te privești. Trebuie doar să te oprești o clipă, și să te privești. Însă tu ești atât de grăbit, alergi atât de repede după unicitate încât o ratezi, nu o vezi acolo unde este.

Unul dintre marii discipoli ai lui Lao Tzu, Lieh Tzu, spunea că, odată, un idiot căuta foc cu lumânarea în mână. Negăsindu-l, a stat toată noaptea flămând, căci nu a avut la ce să-și fiarbă orezul.

La fel și tu – cauți unicitatea, și o ai deja în mână. Stai flămând degeaba – orezul există, lumânarea există, lumânarea e focul. Dacă nu înțelegi ce e focul, poți să umbli prin toată lumea cu lumânarea în mână, căci tot n-ai să-l găsești.

Același lucru li se întâmplă uneori oamenilor care poartă ochelari. Au ochelarii pe nas și îi caută. Poate sunt grăbiți, iar când sunt grăbiți uită că au ochelarii pe nas și îi caută peste tot.

Nu e nevoie să cauți unicitatea, ești deja unic. N-ai cum să fii mai unic. Cuvintele „mai unic” sunt absurde. Nu există „mai unic” – unic e de ajuns. Unicitatea este unicitate, la ea nu se adaugă nimic, și nici nu se scade. Ești deja unic. Îți dai seama de asta numai atunci când ești gata să fii obișnuit, acesta e paradoxul. Dacă înțelegi, paradoxul nu e o problemă, e frumos. Pare o problemă, dacă nu înțelegi; dacă înțelegi, e frumos, e un mister.

Fii obișnuit, și vei fi extraordinar. Caută să fii extraordinar, și vei rămâne obișnuit.

Ce înseamnă să dăruiești, și ce înseamnă să primești? Înțeleg acum că abia încep să întrezăresc aceste lucruri. Pentru mine, primitul e ca moartea și, automat, totul în mine intră în alertă de gradul zero. Ajutor! Existența pare atât de uriașă!

Înțeleg ce te frământă. Problema asta îi frământă aproape pe toți. E bine că ai recunoscut asta, pentru că acum situația se poate schimba. Nefericiți sunt cei care suferă de aceeași problemă, dar nu sunt conștienți de ea; faptul că nu o conștientizează face imposibilă orice transformare.

Tu ai avut curajul să te expui, și lucrul acesta mă bucură nespus de mult. Aș vrea ca toți oamenii mei să aibă curajul de a se expune, oricât de urât ar părea gestul.

Condiționarea face ca oamenii să ascundă mereu ceea ce e urât și să afișeze o frumusețe falsă. Acest lucru dă naștere unei situații schizofrenice: arăți lumii ceea ce nu ești, și reprimi ceea ce ești. Viața ta e un continuu război civil. Te lupți cu tine însuși, și această luptă o să te distrugă. Este o luptă fără învins și învingător.

Dacă mâna mea dreaptă ar începe să se lupte cu mâna mea stângă, care mână crezi că ar câștiga? Evident, nici una, căci amândouă sunt mâinile mele.

Aproape toți oamenii au o personalitate scindată. Și lucrul cel mai semnificativ este că omul se identifică cu partea falsă, și își neagă realitatea. În această situație, omul nu poate spera să se dezvolte ca ființă spirituală.

Este foarte important de înțeles ceea ce spune cea care a pus această întrebare. Ea întreabă: „Ce înseamnă să dăruiești?”. Voi v-ați întrebat vreodată ce înseamnă să dăruiești? Credeți că dăruiați deja foarte multe copiilor voștri, soției, iubitei, societății, diverselor cluburi – Rotary, Lions – dar în realitate nu știți ce înseamnă să dăruiești.

Dacă nu te dăruiești pe tine, nu dăruiești nimic. Dacă nu te dăruiești pe tine – asta înseamnă să dăruiești iubire – nu știi ce înseamnă să dăruiești.

„... Și ce înseamnă să primești?”. Aproape fiecare om crede că știe ce înseamnă să primești. Însă cea care a pus întrebarea

recunoaște deschis că nu știe ce înseamnă să primești. Așa cum dacă nu dăruiești iubire nu știi ce înseamnă să dăruiești, dacă nu ești capabil să primești iubire, nu știi ce înseamnă să primești. Vrei să fii iubit, dar nu te întrebi dacă ești capabil să primești iubire. Există multe obstacole care nu te lasă să o primești.

Primul e că îți lipsește respectul de sine; de aceea când iubirea vine la tine, nu te simți demn să o primești. Însă cum poți să primești iubirea altcuiva, când tu nu te accepți așa cum ești, când tu nu te iubești? Știi că nu ești demn de ea, însă nu vrei să accepți și să recunoști că ți s-a inoculat această idee tâmpită că nu ești demn de ea. Așa că ce faci? Refuzi pur și simplu iubirea. Iar ca să refuzi iubirea, trebuie să găsești pretexte.

Primul și cel mai important pretext este: „Asta nu e iubire, de aceea nu pot s-o accept”. Nu poți să crezi că cineva te iubește. Când tu însuși nu te iubești, când tu însuși nu îți vezi frumusețea și grația și grandoarea, cum să crezi când cineva îți spune „Ești frumos. Ochii tăi au o adâncime de nepătruns, o blândețe nemaipomenită. Inima ta e în armonie cu universul, bate în ritmul lui”? Tu nu poți să crezi toate astea; e prea mult. Ești obișnuit să fii condamnat, ești obișnuit să fii pedepsit, ești obișnuit să fii respins. Nu ești obișnuit să fii acceptat așa cum ești, de aceea nu dai importanță acestor lucruri.



Aproape toți oamenii
au o personalitate
scindată. Și lucrul cel
mai semnificativ este
că omul se identifică
cu partea falsă, și își
neagă realitatea.

Iubirea va avea un puternic impact asupra ta pentru că, înainte de a o putea primi, va trebui să suferi o mare transformare. Mai întâi va trebui să te accepți, să fii convins că nu ai nici o vină. Nu ești păcătos, așa cum spun creștinismul și alte religii.

Toată povestea e de-a dreptul stupidă. Cândva în trecut, un tip, un anume Adam, a nesocotit porunca lui Dumnezeu, ceea ce nu prea e păcat. De fapt, a făcut foarte bine că nu i-a dat ascultare. Dacă cineva a păcătuit, acela a fost Dumnezeu, căci le-a interzis fiului său și ficei sale să mănânce fructe din pomul cunoașterii binelui și răului și din pomul vieții veșnice. Ce tată e ăsta? Ce Dumnezeu? Ce iubire e asta?

Dacă era iubire, Dumnezeu le-ar fi spus lui Adam și Evei: „Mâncați cât vreți din roadele pomului cunoașterii și ale pomului vieții veșnice, ca să fiți și voi în spațiul nemuririi în care sunt eu”. Dar faptul că Dumnezeu i-a interzis lui Adam cunoașterea înseamnă că a vrut ca Adam să rămână ignorant. Poate că a fost invidios, poate că s-a temut că Adam ar fi devenit egalul lui dacă devenea înțelept. Voia să-l țină pe Adam în ignoranță, ca să rămână inferior, și nu îl lăsa să mănânce din pomul vieții veșnice ca să devină și el Dumnezeu.

Acest Dumnezeu care i-a pedepsit pe Adam și pe Eva trebuie să fi fost foarte invidios, foarte urât, inuman, ne iubitor. Și dacă toate aceste lucruri nu sunt păcat, ce poate fi păcat? Dar religiile iudaică, creștină și mahomedană spun că omul mai poartă încă păcatul comis de Adam. E un lucru fără sens. Conform acestor religii, omul a fost creat de Dumnezeu, și în loc să poarte în el dumnezeirea, poartă în el păcatul, neascultarea lui Adam și a Evei?

În viziunea Occidentului, ești condamnat ca fiind păcătos. Orientul ajunge la aceeași concluzie, dar pornind de la premise diferite. El spune că fiecare om poartă imensa povară a păcatelor și faptelor rele comise în milioane de vieți. De fapt, povara creștinilor și a evreilor și a mahomedanilor e mult mai mică. Ei poartă numai povara păcatului comis de Adam și Eva. Și trebuie să se fi diluat foarte mult, căci au trecut multe veacuri. Ei nu sunt moștenitori direcți ai lui Adam și ai Evei, așa că acum, probabil, păcatul lor e în cantitate aproape homeopatică.

Concepția Orientului este, însă, mai periculoasă. Nu porți păcatul altcuiva, n-ai cum să-l porți. Tatăl a comis o crimă – nu poți să fii trimis tu la închisoare. Bunul simț spune că dacă tatăl a comis păcatul sau crima, el trebuie să sufere. Fiul sau nepotul nu poate fi trimis la galere pentru crima comisă de bunic.

Însă ideea orientală e mult mai periculoasă și otrăvitoare: îți porți propriile păcate, nu pe al lui Adam și al Evei. Și nu sunt deloc puține – se înmulțesc cu fiecare

viață! Și înainte de viața asta ai trăit milioane de vieți, și în fiecare viață ai comis multe păcate. Toate s-au adunat pe pieptul tău. Povara e uriașă, te zdrobește.

Asta e o strategie ciudată, menită să-ți distrugă demnitatea, să te reducă la condiția de ființă subumană. Cum să te iubești? Poți să te urăști, dar nu să te iubești. Cum să crezi că cineva te-ar putea iubi? E mai bine să respingi iubirea, pentru că mai devreme sau mai târziu persoana respectivă îți va descoperi realitatea, care e foarte urâtă – doar un șir lung de păcate – și atunci te va respinge ea. Ca să eviți respingerea, e mai bine să respingi iubirea. De asta oamenii nu acceptă iubirea.

O dorești, tânjești după ea, dar când vine clipa și cineva e gata să te inunde cu iubire, dai înapoi. Îți spui cu frică: „E prea frumos ca să țină mult. Mai devreme sau mai târziu realitatea mea va ieși la iveală. E mai bine să fiu în gardă de la început”.

Iubirea înseamnă intimitate, iubirea înseamnă apropiere, iubirea înseamnă două trupuri și un singur suflet. Ți-e frică – sufletul tău? un suflet de păcătos, împovărat de faptele rele din milioane de vieți?... Nu, mai bine e să îl ascunzi; e mai bine să nu ajungi în situația în care persoana care a vrut să te iubească te respinge. Teamă de respingere nu te lasă să primești iubirea.

Nu poți să dăruiești iubire fiindcă nimeni nu ți-a spus că te-ai născut ființă iubitoare. Ți s-a spus: „Te-ai născut din păcat!”. Nu poți nici să iubești, nici să primești iubire. Lucrul acesta îți limitează posibilitățile de dezvoltare spirituală.

Cea care a pus întrebarea spune: „Înțeleg acum că abia încep să întrezăresc aceste lucruri”. Ești norocoasă, pentru că în lume există milioane de oameni care sunt complet orbi la propria lor condiționare, la povara urâtă pe care le-a dat-o generația vârstnică. Doare atât de tare încât preferă să uite de tot de ea. Dar uitarea nu înlătură povara.

Nu poți să operezi un cancer dacă uiți de el. Nerecunoscându-l, ținându-l în întuneric îți asumi un risc enorm și inutil totodată. Cancerul va continua să se dezvolte. Are nevoie de întuneric, are nevoie să nu știi de el. Mai devreme sau mai târziu îți va cuprinde toată ființa. Și singurul răspunzător de metastază ești tu.

Așadar, dacă tu, cea care ai pus întrebarea, începi să întrezărești lucrurile astea, înseamnă că în tine sunt câteva ferestre deschise.



Iubirea înseamnă
intimitate, iubirea
înseamnă apropiere,
iubirea înseamnă
două trupuri și un
singur suflet.

„Pentru mine, primitul e ca moartea”. Da, e adevărat. Primitul e ca moartea pentru că seamănă cu umilirea. Să primești ceva, mai ales iubire, înseamnă că ești cerșetor. Nimeni nu vrea să primească, pentru că asta îș situează pe o poziție inferioară celui care dă. „Pentru mine, primitul e ca moartea și, automat, totul în mine intră în alertă de gradul zero”.

Această alertă de gradul zero ți-a fost implantată de societatea pe care ai respectat-o întotdeauna, de oamenii despre care ai crezut că îți vor binele. Și nu spun că ei caută să-ți facă rău în mod intenționat. Și lor alții le-au făcut rău, și ei nu fac decât să transfere ce au primit de la părinții lor, de la învățătorii lor, de la generația mai mare.

Fiecare generație își transferă bolile noii generații, și firește că noua generație este tot mai împovărată. Tu moștenești toate superstițiile, toate ideile represive din toată istoria. Ceea ce intră în alertă de gradul zero nu e ceva ce îți aparține. Condiționarea la care ai fost supusă intră în alertă de gradul zero. Iar ultima ta propoziție este doar un efort de a găsi o explicație logică pentru asta. Și asta e unul dintre marile pericole de care trebuie să se ferească toată lumea.

Nu căuta explicații logice. Mergi la rădăcina fiecărei probleme. Nu găsi scuze, căci dacă găsești scuze nu ai să înlături acea rădăcină.

Ultima ta propoziție este o încercare de a găsi o explicație logică. Poate că nu îți dai seama de calitatea ei intrinsecă. Spui: „Ajutor! Existența pare atât de uriașă!”. Te gândești că ți-e teamă să primești pentru că existența e uriașă, că ți-e teamă să dăruiești pentru că existența e uriașă. Ce rost are să-i dăruiești oceanului iubirea ta mărunță, exact ca un strop? Oceanul nici nu va ști de ea; de aceea nu are rost nici să dăruiești, nici să primești. Fiindcă oceanul e uriaș, te vei îneca în el. De aceea e ca moartea. Dar asta e explicația ta.

Nu știi nimic despre existență; nu știi nimic despre tine, despre existența ta. Dacă nu începi cu ființa ta, nu ai să cunoști niciodată existența în întregul ei. Acesta este punctul de pornire, și totul trebuie să înceapă cu începutul.

Cunoscându-te pe tine, îți vei cunoaște existența. Numai gustul și parfumul existenței tale îți vor da curajul să intri puțin mai adânc în existența altora. Dacă propria existență te-a făcut atât de fericită, e firesc să dorești să intri în alte mistere care te înconjoară: misterele oamenilor, misterele animalelor, misterele copacilor, misterele stelelor.

Și o dată ce îți cunoști existența, nu te mai temi de moarte.

Moartea e o ficțiune; nu se întâmplă, doar pare... Pare din afară. Ți-ai văzut vreodată propria moarte? Mereu ai văzut pe altcineva murind. Dar pe tine te-ai

văzut murind? Nu, căci altfel chiar și această viață infimă ar fi imposibilă. Vezi pe câte cineva murind, dar întotdeauna e altcineva, niciodată tu.

Poetul care a scris „Nu întreba niciodată pentru cine bat clopotele; bat pentru tine” a avut o minte foarte pătrunzătoare. Trebuie să fi fost creștin, pentru că la creștini, când moare cineva dintr-un sat, de exemplu, clopotele bisericii bat ca să anunțe pe toată lumea că a murit cineva, și că trebuie să-și lase treburile și să vină să-și ia rămas bun de la decedat.

Însă în viața ta actuală, clopotele nu bat niciodată pentru tine. Vor bate într-o zi, dar atunci nu vei mai fi aici ca să le auzi. Nu te vezi niciodată pe tine în pragul morții. Întotdeauna vezi pe altcineva murind – de aceea experiența e obiectivă, nu subiectivă. Celălalt nu moare cu adevărat, ci doar se mută în altă casă. Forța lui vitală se mută într-o formă nouă, într-un plan nou. Numai trupul e lăsat fără energie vitală – dar trupul n-a avut-o niciodată.

Este exact ca atunci când într-o casă arde o lumânare. De afară vezi lumină la ferestre, dar casa nu are lumină ca parte intrinsecă a ei. În momentul în care lumânarea se termină, casa rămâne în întuneric. De fapt, a fost mereu în întuneric, lumânarea era lumina.

Trupul e deja mort. Ceea ce îți dă impresia că e viu este forța ta vitală, ființa ta, care radiază în corp, care umple corpul cu viață. Tot ce vezi când oamenii mor e că ceva a dispărut. Nu știi unde s-a dus – dacă s-a dus undeva, sau doar a încetat să fie. Așa că ficțiunea morții este creată din afară.

Cei care s-au cunoscut pe ei înșiși știu fără nici o urmă de îndoială că sunt ființe veșnice. Au murit de multe ori, și totuși sunt vii.

Moartea și nașterea sunt doar episoade mici din marele pelerinaj al sufletului. Frica ta de moarte va dispărea în clipa în care vei intra în contact cu tine însăși. Iar asta deschide o perspectivă cu totul nouă. O dată ce știi că nu există moarte, frica dispare. Frica de necunoscut, frica de întuneric... indiferent de formă, frica dispare. Pentru prima dată, ești o aventurieră adevărată. Începi să intri în diferite mistere care te înconjoară. Pentru prima dată, existența devine casa ta.

Nu ai de ce să te temi: existența e mama ta, faci parte din ea. Nu poate să te înece, nu poate să te distrugă. Cu cât o vei cunoaște mai bine, cu atât vei fi mai fericită. Atunci vei putea dărui iubire, pentru că o vei avea. Și atunci vei putea primi iubire, pentru că nu se va pune problema de respingere.

Întrebarea ta le va fi de folos tuturor. Îți mulțumesc pentru întrebare și pentru curajul de a te expune. Toți ar trebui să aibă acest curaj pentru că, fără el, nimeni nu poate spera la vreo posibilitate de transformare.

Care este adevăratul răspuns la traiul în intimitate?

Ca să cunoști existența trebuie să fii existențial. Nu ești existențial, trăiești în gânduri. Trăiești în trecut, în viitor, dar niciodată aici și acum. Iar existența înseamnă aici și acum. Tu nu ești aici, de aceea apare întrebarea. Întrebarea apare fiindcă nu te întâlnești cu existența. Crezi că trăiești, dar nu trăiești. Crezi că iubești, dar nu iubești. Doar te gândești la iubire, la existență, la viață, și însăși gândirea naște întrebarea, gândirea e bariera. Leapădă toate gândurile și ai să vezi că nu vei găsi nici o întrebare; există numai răspunsul.

De asta insist eu mereu că, de fapt, căutarea nu e a răspunsului. Nu, căutarea este legată numai de cum să scapi de întrebări, cum să vezi viața și existența cu o minte care nu pune întrebări. Acesta este înțelesul cuvântului *shraddha*, încredere – să te uiți la existență cu o minte care nu pune întrebări. Te uiți pur și simplu. Nu știi cum te uiți, nu-i impui nici o formă, nu ai idei preconcepute. Te uiți pur și simplu cu ochi goi, neinfluențați de gânduri, de filozofii, de religii. Te uiți la existență cu ochi de copil și atunci, dintr-o dată, există numai răspunsul.

În existență nu există întrebări. Întrebările vin din tine. Și vor continua să vină, și poți să aduni câte răspunsuri vrei, dar acele răspunsuri nu vor folosi la nimic. Ca să obții răspunsul, trebuie să renunți la întrebări. Când în minte nu există nici o întrebare, vederea e limpede, percepția e clară; ușile percepției sunt curate și deschise, și totul devine dintr-o dată transparent. Poți să pătrunzi în adâncime. Când te uiți, privirea ta pătrunde până în miezul cel mai adânc, și acolo, dintr-o dată, te găsești pe tine. Te găsești pretutindeni. Te găsești într-o piatră, dacă te uiți adânc. Atunci privitorul, cel ce observă devine cel observat, cel ce vede devine cel văzut, cel ce cunoaște devine cel cunoscut. Dacă te uiți destul de adânc într-o piatră, într-un copac, sau într-un bărbat sau într-o femeie, dacă privești continuu adânc, acea privire e un cerc. Începe de la tine, trece prin celălalt și se întoarce la tine. Totul e foarte transparent. Nimic nu stânjenește privirea.

Una dintre cele mai importante propoziții secrete ale Upanishadelor este: *Tat Twamasi Swetaketu* – „Tu ești acela” sau „Acela ești tu”. Cercul este complet. Acum credinciosul este una cu Dumnezeu; acum căutătorul este una cu cel căutat. Acum însuși cel care întreabă devine răspunsul.

În existență nu există întrebări. Trăiesc în ea de mult timp și n-am dat de nici o întrebare, nici măcar de un fragment de întrebare. Trăiești în ea pur și simplu. Atunci viața are o frumusețe a ei. Nici o îndoială nu apare în minte, nici o bănuială nu te înconjoară, nici o întrebare nu există în ființa ta – ești nedivizat, întreg.

Cuprins

Cuvânt înainte.....	5
Să începem cu ce e mai important: Abc-ul intimității.....	13
Pornește de unde te afli	13
Fii autentic	20
Ascultă-te pe tine însuși.....	26
Ai încredere în tine.....	27
Intimitatea cu alții: pașii următori.....	35
Lasă-te văzut.....	35
Nevoia de intimitate.....	37
Legătură, nu relație	42
Asumă-ți riscul de a fi autentic.....	44
Învață limbajul tăcerii	47
Patru capcane	49
Obiceiul de a reacționa.....	49
Cramponarea de siguranță	52
Boxul cu umbra	57
Falsele valori.....	68
Instrumentele transformării.....	73
Acceptă-te	73
Fii vulnerabil.....	77
Fii egoist.....	91
O tehnică de meditație.....	94
Pe calea spre intimitate. Răspunsuri la întrebări	99

Despre autor

Învățăturile lui Osho zădărnicesc orice încercare de a le clasifica, acoperind orice subiect, de la căutarea individuală a sensului vieții la cele mai stringente probleme social-politice cu care ne confruntăm în zilele noastre. Cărțile sale nu sunt scrieri, ci transcrieri ale înregistrărilor video și audio realizate cu ocazia prelegerilor sale orale, ținute în fața publicului din întreaga lume, de-a lungul a 35 de ani. Osho a fost descris de publicația londoneză Sunday Times drept unul dintre „cei 1000 de artizani ai secolului XX“, iar de autorul american Tom Robbins, drept „cel mai periculos om de la Iisus încoace“. Despre munca sa, Osho a declarat că ajută la crearea condițiilor necesare nașterii unui nou tip de ființă omenească. Adeseori, el a caracterizat acest om nou ca pe un „Zorba Iluminat“ – capabil atât de plăcerile pământești de care s-a bucurat Zorba Grecul, cât și de seninătatea tăcută a unui Buddha Gautam. Firul continuu incontestabil din toate aspectele lucrării lui Osho este viziunea lui, ce cuprinde înțelepciunea atemporală a Orientului deopotrivă cu cel mai înalt potențial al științei și tehnologiei vestice. Osho este binecunoscut și pentru contribuția sa revoluționară în știința transformării interioare, printr-o abordare a meditației ce recunoaște ritmul accelerat al vieții contemporane. „Meditațiile active“ unice concepute de el includ o etapă preliminară, a eliberării de stresul acumulat în trup și minte, pentru a se putea intra mai ușor în starea meditativă de negândire și relaxare.

Sunt disponibile două lucrări autobiografice ale autorului:
Autobiografia unui mistic nonconformist (Editura Mix)
Crâmpeie dintr-o copilărie de aur

Stațiunea Internațională de Meditație Osho

Stațiunea Internațională de Meditație Osho este un minunat loc de vacanță, unde puteți beneficia personal și direct de experiența unui nou mod de viață, mai vioi, mai relaxat, mai distractiv. Situată în orașul indian Pune, la circa 160 km spre sud-est de Mumbai (fostul Bombei), tabăra oferă o gamă largă de programe miilor de vizitatori anuali, veniți din peste 100 de țări de pe mapamond. Ridicat inițial ca reședință de vară pentru maharajahi și colonialiștii britanici înstăriți, Pune este acum un oraș modern prosper, ce găzduiește numeroase universități și uzine înalt tehnologizate. Tabăra de Meditație se întinde pe mai mult de 16 hectare, într-o suburbie împădurită numită Koregaon Park. Campusul ei poate găzdui un număr limitat de vizitatori în noua „Casă de oaspeți“, dar există o mare serie de hoteluri și pensiuni în apropiere, disponibile pentru șederi de numai câteva zile sau de luni întregi. Programele Taberei se bazează în totalitate pe viziunea lui Osho, aceea a unui om mai bun, capabil atât să participe creativ la viața cotidiană, cât și să se relaxeze în tăcerea meditației. Majoritatea programelor se derulează în clădiri moderne, dotate cu aer condiționat, și includ o varietate de ședințe, cursuri și seminare ce acoperă orice subiect, de la artele de creație la tratamentele holiste, transformarea și terapia personală, științele esoterice, abordarea Zen a sporturilor și activităților recreative, problemele din relații și prefacerile importante din viața unui bărbat sau a unei femei. Se oferă în decursul anului ședințe individuale și seminare practice de grup, precum și un program zilnic complet de meditație. Terasale și restaurantele din complexul Taberei servesc bucătărie atât indiană, cât și internațională, toate specialitățile fiind preparate din legume cultivate organic, la ferma proprie. Campusul dispune de o sursă proprie de apă sigură, filtrată.

www.osho.com/resort